อภินันทนาการ

จาก

พลเรือเอก อดุล ตุลยานนท์



อนุสรณ์
งานพระราชทานเพลิงศพ

นายเฉลียว หงส์ลดารมภ์ ท.ม.

ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม

วันอังคารที่ 8 พฤศจิกายน พุทธศักราช 2531



พระมหากรุณาธิคุณล้นเกล้าล้นกระหม่อม



(แบบ ค.)

หมายรับสั่งที่ ๑๑๒๙๖

สำนักพระราชวัง

๑๘ สิงหาคม ๒๕๓๑

พระราชทานเพลิงศพ นายเฉลียว หงษ์ดารมภ์ ท.ม. ข้าราชการบำนาญ สังกัดกระทรวงคมนาคม ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม กรุงเทพมหานคร

วันอังคาร ที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๓๑ เวลา ๑๗.๐๐ น. พระราชทานเพลิง

อุดมศักดิ์ พิมพ์

ทาน.

วัน	หน้าที่ พนักงานพระราชพิธี
	นำหมายเรียน เจ้าภาพศพ นายเฉลียว หงษ์ดารมภ์ เพื่อทราบ เครื่องพระราชทานเพลิง และเจ้าพนักงานผู้เชิญมานี้ เจ้าภาพไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายอย่างใดทั้งสิ้น.

ทั้งนี้ ให้จัดการตามหน้าที่และกำหนดวันตามรับสั่งอย่าให้ขาดเหลือ ถ้าสงสัยก็ให้ถามผู้รับรับสั่ง โดยหน้าที่ราชการ

ผู้รับรับสั่ง

สำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ

นายเฉลียว หงส์ลดารมภ์ ได้ถึงแก่กรรมด้วยโรคระบบหัวใจล้มเหลว ณ โรงพยาบาลสยาม กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ 7 พฤศจิกายน 2530 ในการนี้ ได้รับพระมหากรุณาธิคุณล้นเกล้าล้นกระหม่อมทรงพระกรุณาโปรดเกล้า โปรดกระหม่อมพระราชทานเพลิงศพ ณ ฌาปนสถานวัดมกุฏกษัตริยาราม กรุงเทพมหานคร ในวันอังคารที่ 8 พฤศจิกายน 2531 เวลา 17.00 น.

พระมหากรุณาธิคุณล้นเกล้าล้นกระหม่อมนี้นับเป็นเกียรติยศอันสูงสุด แก่ นายเฉลียว หงส์ลดารมภ์ และวงศ์ตระกูล ข้าพุทธเจ้า บุตร ธิดา และบรรดาญาติทั้งหลาย ขอพระราชทานพระบรมราชวโรกาสน้อมเกล้าน้อมกระหม่อมถวายบังคม ณ เบื้องพระยุคลบาท ด้วยความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณนี้ไว้เหนือเกล้าเหนือกระหม่อม เพื่อเป็นธรรมสิริสวัสดิ์พิพัฒนมงคลแก่วงศ์ตระกูลชั่วกาลนาน

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อมขอเดชะ

ข้าพุทธเจ้า

นางสุวิช หงส์ลดารมภ์

บุตร-ธิดา

นายเฉลียว หงส์ลดารมภ์ ท.ม.

ชาตะ วันที่ 7 ธันวาคม 2463

มรณะ วันที่ 7 พฤศจิกายน 2530







ภรรยา บุตร-ธิดา



ฯพณฯ สุนทร หงส์ลดารมภ์ และคุณหญิง



ญาติและเพื่อน



เพื่อนเทพศิรินทร์ รุ่น ๒๔๗๘



เพื่อนวิศวจุฬาฯ รุ่น ๒๔๘๖



เพื่อนร่วมงานมารดน้ำในวันสงกรานต์ที่ จ.ว.นครราชสีมา
เมื่อ ปี ๒๕๒๓



เพื่อนร่วมงานมาส่งเมื่อวันที่ย้ายจากนครราชสีมากลับมารับราชการที่
กรุงเทพฯ เมื่อปี ๒๕๒๓



บวชเณรลูกชายนายไกวัล หงส์ลดารมภ์ ที่วัดเบญจมบพิธ



ไปเที่ยวเชียงใหม่ เมื่อปลายปี ๒๕๒๘





ไปเที่ยวเชียงใหม่





วันรับปริญญาลูกหนิง



ออกกำลังกายที่ตึกท่านผู้หญิงประภาศรี-กำลังเอก



ชาวชมรมผู้สูงอายุ ร.พ.พระมงกุฎฯ



ประวัติโดยสังเขป
นายเฉลียว หงส์ลดารมภ์

ภูมิลำเนา นายเฉลียว หงส์ลดารมภ์ เกิดที่ตำบลพยุหคีรี อำเภอพยุหคีรี จังหวัดนครสวรรค์ เมื่อวันอังคารที่ 7 ธันวาคม 2463 เป็นบุตรนายสองตองและนางพลอย หงส์ลดารมภ์ นางพลอยเป็นบุตรีของนายจีนไหนและนางสายบัว ชาวบ้านพยุหคีรี ส่วนนายสองตองเป็นบุตรนายติ๋นและนางงิ้ว นายติ๋นเป็นบุตรนายมุยหั้งหรือมุ่ยหงและนางขวัญ พ่อค้าชาวบ้านหัวดง จังหวัดพิจิตร ซึ่งเป็นต้นตระกูลหงส์ลดารมภ์

นายเฉลียว มีพี่น้องร่วมบิดามารดา รวม 10 คน คือ

1. นายสิน หงส์ลดารมภ์ เปรียญ	ถึงแก่กรรม
2. นางสองไพ หงส์ลดารมภ์	ถึงแก่กรรม
3. นางบุญทำ ชวนเวช	ถึงแก่กรรม
4. นายทอง หงส์ดลารมภ์ เปรียญ	ถึงแก่กรรม
5. นายกิมตี้ หงส์ลดารมภ์	ถึงแก่กรรม
6. นางบุญทม หงษ์ศิริวัฒน์	ถึงแก่กรรม
7. นายเซี้ยะหลิว หงส์ลดารมภ์	ถึงแก่กรรม
8. นายสุนทร หงส์ลดารมภ์	
9. นายกรินทร์ (กิมกุ๋ย) หงส์ลดารมภ์	ถึงแก่กรรม
10. นายเฉลียว หงส์ลดารมภ์	ถึงแก่กรรม

เมื่อนายเฉลียวอายุได้ประมาณ 2 หรือ 3 ขวบ มารดาได้เสียชีวิต นายเฉลียวอยู่กับบิดาโดยมีพี่สาวเป็นผู้เลี้ยงดูมาตลอด จนเมื่ออายุประมาณ 8–9 ขวบ ได้มาอยู่กับพี่มหากิมที่โรงพิมพ์พระจันทร์ และได้เข้าเรียนที่วัดมหาธาตุ ใน

เวลาต่อมาได้เข้าเรียนที่โรงเรียนมัธยมวัดเทพศิรินทร์จนจบการศึกษาระดับมัธยมปีที่ 8 จากนั้นเข้ารับการศึกษาต่อที่คณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อสำเร็จการศึกษาดังกล่าว นายเฉลียวได้เข้ารับราชการอยู่ที่กรมโยธาเทศบาลอยู่ระยะหนึ่ง และได้มีโอกาสรู้จักกับท่านขุนวิวรณ์ สุขวิทยา ซึ่งได้กรุณาฝากฝังนายเฉลียวกับหลวงเพชรเกษม วิถีสวัสดิ์ ซึ่งขณะนั้นเป็นอธิบดีกรมทางหลวง โดยต่อมานายเฉลียวก็ได้เข้ารับราชการที่กรมทางหลวงในตำแหน่งช่างตรี เมื่อวันที่ 13 ตุลาคม 2492 จากนั้นในปี พ.ศ. 2505 ได้ทำการสมรสกับนางสุวิช ธำรงราชนิติ และมีบุตร ธิดา รวม 2 คน คือ

1. น.ส.ไฉไล หงส์ลดารมภ์ อักษรศาสตร์บัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. นายไกวัล หงส์ลดารมภ์ กำลังศึกษาอยู่ที่คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ สาขาคอมพิวเตอร์ ปี 3

นายเฉลียวเกษียณอายุราชการเมื่อ 1 ตุลาคม 2524 ในตำแหน่งนายช่างโยธา 8 ได้รับเครื่องราชอิสริยาภรณ์

5 ธ.ค. 93 เบญจมาภรณ์มงกุฎไทย
5 ธ.ค. 03 เบญจมาภรณ์ช้างเผือก
5 ธ.ค. 06 จัตุรถาภรณ์มงกุฎไทย
5 ธ.ค. 11 ตริตาภรณ์มงกุฎไทย
5 ธ.ค. 18 ตริตาภรณ์ช้างเผือก
5 ธ.ค. 19 จักรพรรดิมาลา
5 ธ.ค. 23 ทวีติยาภรณ์มงกุฎไทย

นายเฉลียวมีโรคประจำตัวคือ โรคเบาหวาน และเมื่อปี พ.ศ. 2523 ได้ล้มป่วยจนต้องเข้ารับการรักษาตัวที่โรงพยาบาลศิริราช จากการวินิจฉัยของแพทย์พบว่า นายเฉลียวป่วยเป็นโรคเส้นโลหิตที่หัวใจตีบตัน หลังจากนั้นนายเฉลียวได้รักษาตัวภายใต้ความดูแลของนายแพทย์ศุภชัย ไชยธีระพันธ์ เรื่อยมา และในวันที่ 7 พฤศจิกายน 2530 ได้เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลสยาม และถึงแก่กรรมด้วยโรคหัวใจล้มเหลวในวันเดียวกันนั้น เวลาประมาณ 20.00 น.

ขอขอบพระคุณ

ขอขอบพระคุณ

นับตั้งแต่นายเฉลียว หงส์ลดารมภ์ ได้ถึงแก่กรรมเมื่อวันที่ 7 พฤศจิกายน 2530 ได้มีผู้มีเกียรติ ญาติมิตร ผู้ชอบพอคุ้นเคย ตลอดจนผู้ที่เคยร่วมงานกันมา ได้กรุณามาเยี่ยมคารวะศพและร่วมในการบำเพ็ญกุศลสวดพระอภิธรรม นับเป็นเกียรติอย่างสูงแก่ผู้วายชนม์และเป็นพระคุณอย่างยิ่งแก่ครอบครัวข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าใคร่จะขอถือโอกาสนี้ กราบขอบพระคุณสำหรับความกรุณาช่วยเหลือใด ๆ ที่ทุกท่านได้ให้มาโดยตลอด รวมทั้งต้องขอกราบประทานอภัยในความผิดพลาดขาดตกบกพร่องทั้งหลายทั้งปวง

ในงานพระราชทานเพลิงศพ นายเฉลียว หงส์ลดารมภ์ เจ้าภาพได้จัดพิมพ์บทความ 2 เรื่อง เรื่องแรกคือ เรื่องคุณค่าของสติ รวบรวมโดย ท่านอาจารย์ พ.ต.อ.บุญเพ็ญ แขวัฒนะ ซึ่งท่านอาจารย์ผู้นี้เป็นผู้ที่นายเฉลียวให้ความเคารพนับถือเป็นอย่างสูงเสมอมาเมื่อครั้งยังมีชีวิตอยู่ และเรื่องที่สองคือ เรื่องหลักใจสำหรับผู้ป่วยสิ้นหวัง โดย แพทย์หญิง อมรา มลิลา ทั้งนี้เพื่อเป็นบรรณาการแด่ท่านที่เคารพนับถือ หากหนังสือเล่มนี้เกิดประโยชน์แก่ท่านทางหนึ่งทางใดก็ขอได้โปรดให้ประโยชน์นั้นจงเป็นพละปัจจัยนำทางวิญญาณของนายเฉลียว หงส์ลดารมภ์ จงสู่สัมปรายภพ

และขออัญเชิญบารมีขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้ง 5 พระองค์ ตลอดจนบารมีของครูบาอาจารย์ส่วนรวมทุกพระองค์และทุกท่าน จงดลบันดาลให้ท่านและครอบครัวพึงสำเร็จในสิ่งที่ท่านปรารถนาทุก ๆ ประการ

สุวิช หงส์ลดารมภ์
ไฉไล หงส์ลดารมภ์
ไกวัล หงส์ลดารมภ์

รายนามเจ้าภาพสวดพระอภิธรรม

อาทิตย์ที่ 8 พฤศจิกายน 2530	ภรรยา บุตร ธิดา
จันทร์ที่ 9 พฤศจิกายน 2530	พณฯ ท่าน สุนทร หงส์ลดารมภ์
อังคารที่ 10 พฤศจิกายน 2530	ครอบครัวนางพรเพ็ญ หงส์ลดารมภ์
พุธที่ 11 พฤศจิกายน 2530	ครอบครัวธำรงราชนิติ
พฤหัสบดีที่ 12 พฤศจิกายน 2530	ครอบครัวคุณถนอม หงส์ลดารมภ์ และ ชัยยะ หงส์ลดารมภ์
ศุกร์ที่ 13 พฤศจิกายน 2530	ศิษย์เก่าเทพศิรินทร์รุ่น 79 และกรมทางหลวง (ทำบุญ 7 วัน)
เสาร์ที่ 14 พฤศจิกายน 2530	บุตร—หลาน นางสอง หงส์ลดารมภ์ คณะเขตการทางนครราชสีมา และแขวงการทางในสังกัดเขตฯ ปี 2522–2523
	เวลา 20.30 น. บรรจุศพ

รายนามผู้วางพวงหรีดในงานบำเพ็ญกุศลศพ
นายเฉลียว หงส์ลดารมภ์
ณ ศาลากิติศิลป์ วัดมกุฏกษัตริยาราม

1. พณฯ ท่าน สุนทร และคุณหญิงลำเจียก หงส์ลดารมภ์
2. น.ท.ทินกร–วิบูลย์วรรณ พันธุ์กวี
3. ดร.สิริลักษณ์ สันทรางศุ และคุณหญิง
4. คุณนุกูล–เจนจิรา ประจวบเหมาะ
5. พ.ท.ประถม บูรณะศิริ
6. คุณประสิทธิ์–ติ๋ว ตันณฑเศรษฐี
7. คุณมนัส–แฉล้ม คอวณิช
8. คุณเสรี–อุราวรรณ สืบสงวน
9. กรมทางหลวง
10. คุณเสถียร–อรพิน วงศ์วิเชียร
11. คุณนิพนธ์–สกล รณะนันทน์
12. คุณสนั่น–ออย ศรีรุ่งโรจน์
13. คุณทองจุล และครอบครัวสิงหกุล
14. คุณสวัสดิ์ มีเพียร
15. ม.ล.ภัคศุก กำภู และครอบครัว
16. คุณพอพิศ–ทัศนีย์ ทิพย์มงคล
17. นายแพทย์ทองจันทร์–มนัสสวาท หงส์ลดารมภ์
18. คุณพงษ์เผ่า–เพ็ญจันทร์ วิสุทธิพันธ์
19. คุณหญิงสมานจิตร ธรรมวิทย์
20. ชมรมผู้สูงอายุ ร.พ.พระมงกุฎเกล้า

21. คณะวิศวกรรมศาสตร์ ปี 86
22. เทพศิรินทร์ ปี 79
23. ชมรมข้าราชการบำนาญ กรมทางหลวง
24. คุณดุม เนียน อินทุวงศ์
25. คุณถนอม หงส์ลดารมภ์ และลูก ๆ
26. พี่ทุม และครอบครัว
27. พล.อ.ต.สันต์–วัชรี ธำรงราชนิติ
28. พ.อ.สกรรจ์ มิตรเกษม และภรรยา
29. พ.อ.ธีระเดช–อนุ มีเพียร
30. พ.อ.บุญไทย–บุหงา หงส์ศิริวัฒน์
31. พ.ต.อ.ปรีชา–สุวพิศ ประเสริฐ
32. พ.ต.ท.ระวิน–ประนุช หงส์ลดารมภ์
33. พ.ต.ท.อนันต์–อารีย์ สง่าแสง
34. พ.ต.ท.ภานุรัตน์–ลักขณา มีเพียร
35. คุณเลื่อนศักดิ์–สุภาพ ผลาวสุ
36. คุณสมเจตน์–ขวัญใจ ธำรงราชนิติ
37. คุณวินท์–วรรณะ หงส์ลดารมภ์ และบุตร
38. คุณอนุเทพ–กรรณิกา อุเทนสุต
39. คุณชัย–เกษร หงส์ลดารมภ์
40. คุณสุชิน–ประดับ แสงจันทร์ และบุตร
41. โรงพิมพ์อักษรไทย ณัฐ ปวิณวิวัฒน์
42. คุณประเสริฐ สกลธนารักษ์
43. ธนาคารไทยพาณิชย์ ซอย 59
44. คุณแซม ธารจินดาภรณ์
45. กองก่อสร้างทางหลวงจังหวัด

46. กองแพทย์ กรมทางหลวง
47. กองช่างกล กรมทางหลวง
48. กองก่อสร้างทางหลวงแผ่นดิน
49. งานจัดซื้อและจ้าง กองการพัสดุ กรมทางหลวง
50. กองฝึกอบรม กรมทางหลวง
51. กองบำรุง กรมทางหลวง
52. เขตการทางราชสีมา
53. ศูนย์สร้างทางสุราษฎร์ธานี
54. คุณชินชัย–กาญจนา มหาแสน
55. คุณโอภาส เลิศพฤกษ์
56. คุณวิเชียร เทียนดำ
57. แขวงการทางกรุงเทพฯ
58. ศูนย์สร้างทางตาก
59. คุณสรฤทธิ์–สุธี พรหมสถิต
60. คุณสุรัช–ปนันดา ปฐมบูรณ์
61. Thai Buriness Creation Co, Ltd.
62. คุณสมาน–ประมวล บ่างตระกูล
63. เพื่อน ๆ น้องตุ่ม
64. เพื่อน ๆ หนิง
65. แม่–ลูก

อาลัย

อาลัยรัก

เฉลียวเป็นน้องชายคนเล็กที่สุดของข้าพเจ้า และกำพร้ามารดาตั้งแต่อายุค่อนข้างน้อยมาก พี่ ๆ ทั้งหลายจึงเป็นห่วงกันมากทุกคน แต่เฉลียวก็ได้รับการศึกษาอย่างดีทุกระดับ และเมื่อสำเร็จชั้นมัธยมบริบูรณ์ที่โรงเรียนเทพศิรินทร์แล้วก็ได้รับการสนับสนุนจากพี่ ๆ ให้ศึกษาต่อที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจนได้รับปริญญาวิศวกรรมศาสตร์บัณฑิต

เฉลียวเป็นผู้ที่ยึดหลักปฏิบัติที่ซื่อตรงและไม่ยอมอ่อนข้อให้ใครรวมทั้งผู้บังคับบัญชาทั้งหลายด้วย ถ้าเขาเห็นว่าไม่ถูกต้องตามธรรมนองคลองธรรม และได้ถือหลักดำเนินชีวิตเช่นนี้ตลอดเวลาที่รับราชการจนเกษียณอายุ แต่สำหรับพี่น้องและมิตรสหาย เฉลียวเป็นผู้ที่มีอัธยาศัยไมตรีที่อ่อนโยนและประนีประนอมเป็นประจำ

ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจในตัวและแนวทางปฏิบัติของเฉลียวเป็นอย่างมาก เพราะข้าพเจ้าทราบดีว่าการปฏิบัติราชการของเฉลียวโดยเฉพาะในระหว่างที่รับราชการอยู่ในกรมทางหลวงนั้นหมิ่นเหม่ต่อการยั่วยวนในเรื่องรายได้และผลประโยชน์พิเศษที่นักธุรกิจที่รับเหมางานของกรมฯนั้นจะพึงให้เป็นอย่างมาก แต่ก็ไม่เคยปรากฏว่ามีเรื่องอันไม่ดีงามไปในทางหาประโยชน์อันมิชอบได้เกิดขึ้นแม้แต่ครั้งเดียว

ข้าพเจ้าจำได้ดีว่าเฉลียวขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ได้ไปมาหาสู่ข้าพเจ้าอยู่อย่างสม่ำเสมอ และถึงแม้ในระยะที่ข้าพเจ้าบังเอิญมีตำแหน่งสูงทั้งในราชการประจำและการเมืองหลายตำแหน่ง เฉลียวก็ไม่เคยขอร้องให้ข้าพเจ้าช่วยเหลือในเรื่องใดที่ไม่สมควรเลยแม้แต่ครั้งเดียว

ตามกฎธรรมชาติ เฉลียวได้จากเราไปแล้วโดยไม่มีวันกลับ แต่ด้วยคุณธรรมอันดีงามที่ได้ปฏิบัติมาตลอดอายุขัย ข้าพเจ้ายิ่งเชื่อว่าวิญญาณของเฉลียวจะไปสิงสถิตอยู่ในสุคติภาพ และส่งผลสะท้อนอันดีงามไปถึงครอบครัวและบุตรธิดาโดยถ้วนหน้า

สุนทร หงส์ลดารมภ์

(สุนทร หงส์ลดารมภ์)

อาลัย เฉลียว หงส์ลดารมภ์

ในตอนแรกเมื่อผมได้รับโทรศัพท์แจ้งข่าวว่าเฉลียวได้จากพวกเราไป ผมแทบไม่เชื่อว่าจะเป็นไปได้ ผมตกใจมาก เพราะวันกินเลี้ยงรุ่นวิศวฯ 86 (คราวสุดท้ายก่อนเฉลียวถึงแก่กรรมดูเหมือนเฉลียวก็ไปร่วมด้วย) ก็ดูเขายังมีสุขภาพแข็งแรงดี ยังสดชื่น สนุกเฮฮากับเพื่อนฝูงเช่นเคย ไม่คาดคิดว่าเฉลียวจะจากพวกเราไปรวดเร็วเช่นนี้ อย่างไรก็ตาม ความตายนั้นเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนหนีไม่พ้น จะช้าหรือเร็วเท่านั้น ผมทราบจากคุณสุวิชในภายหลังว่า คุณเฉลียวเป็นโรคหัวใจอยู่บ้างแล้ว โดยมีเส้นเลือดเลี้ยงหัวใจตีบตันหลายเส้น แต่คุณเฉลียวก็หมั่นไปตรวจเช็คร่างกายอยู่เสมอแทบทุกอาทิตย์ และในตอนเช้าวันที่ 7 พ.ย. 2530 นั้น คุณเฉลียวก็ได้เข้าไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลสยาม พอแพทย์ทราบว่าคุณเฉลียวถ่ายอุจจาระออกมาเป็นสีดำ นายแพทย์รัศมีฯได้นำคุณเฉลียวเข้าห้อง ไอ.ซี.ยู. และให้การรักษาจนสุดความสามารถ แต่ในที่สุดคุณเฉลียวก็ได้เสียชีวิตลงด้วยโรคภาวะหัวใจล้มเหลวเมื่อเวลาประมาณ 2 ทุ่ม ของวันที่ 7 พ.ย. นั่นเอง นำความโศกเศร้ามาสู่บุตรและภรรยาอย่างยิ่ง เพราะไม่คาดฝันว่าจะเสียชีวิตโดยรวดเร็วเช่นนั้น

คุณเฉลียวเป็นเพื่อนร่วมรุ่นวิศวฯจุฬา รุ่น 86 ด้วยกันกับผม คุณสุวิช ภรรยาคุณเฉลียวจึงได้ขอให้ผมเขียนคำไว้อาลัยในฐานะผมเป็นประธานรุ่น และผมก็ได้รับมอบหมายจากเพื่อน ๆ ร่วมรุ่นให้ทำหน้าที่นี้ ผมก็รับเขียนคำไว้อาลัยให้ด้วยความเต็มใจ

เฉลียวเป็นผู้ที่เพื่อนฝูงรักใคร่มาก เฉลียวมีอัธยาศัยโอบอ้อมอารี ใจคอเยือกเย็น ชอบช่วยเหลือเพื่อนฝูง พบหน้าเขาก็มีแต่สีหน้ารื่นเริง ยิ้มแย้มอยู่เสมอ แต่ดูเขาแก่เกินตัวเพราะแพ้ผมไม่ยอมเสริมสวย เพื่อน ๆ เรียกเขาว่า "แจ้ง" ส่วนมากก็จะเรียก "อ้ายแจ้ง" ผมถามคุณสุวิชภรรยาคุณเฉลียวว่าได้ชื่อ "แจ้ง"

มาอย่างไร ก็ได้รับคำตอบว่าดูเหมือนเฉลียวเขาเคยเล่นละครเมื่ออยู่จุฬาฯ เล่นเป็นนายแจ้งหรืออะไรแจ้ง ๆ ก็เลยได้ชื่อเล่นจากเพื่อน ๆ เป็น "อ้ายแจ้ง" ผิดถูกอย่างไรผมไม่รู้ ผมกลัวอย่างเดียวว่า เกิดพ่อเฉลียวชื่อ "แจ้ง" ล่ะซวยแน่ เพราะสมัยนั้นนิยมเรียกชื่อพ่อของเพื่อนจนเคยปาก

วิศวฯ จุฬาฯ รุ่น 86 รุ่นสงครามโลกครั้งที่ 2 นั้นมี 6 แผนก คือ วิศวกรรมโยธา, ไฟฟ้า, เครื่องกล, เหมืองแร่, ธรณีวิทยาเหมืองแร่ และอุตสาหการ เฉลียวเขาจบโยธา ผมเองจบเครื่องกล แต่จบพร้อมกันในเดือนตุลาคม 2486 พวกวิศวฯรุ่นสงครามโลกครั้งที่ 2 นั้น รู้จักกันดีหมดตั้งแต่ปี 1 ถึงปี 4 เมื่อจบแล้วก็แยกย้ายกันไปทำงาน ส่วนมากรับราชการ เพราะปี 86 ยังอยู่ในระหว่างสงครามโลกครั้งที่ 2 พวกวิศวฯไปเข้าทหารกันมาก ทราบว่าเฉลียวนั้นเริ่มไปเข้ารับราชการเป็นนายช่างตรีอยู่กองประปา กรมโยธาเทศบาล ตั้งแต่ 1 พ.ย. 86 แล้วจึงลาออกไปอยู่กรมทางฯ เริ่มเป็นแขวงสกลนครตั้งแต่ปี 2492 ตามแฟ้มประวัติรับราชการกรมทาง ซึ่งคุณประหยัด เนียมสกุล เพื่อนสนิทของเฉลียวคนหนึ่งได้กรุณาไปถ่ายภาพจากต้นฉบับมาให้ผมจากสกลนคร เฉลียวก็ย้ายไปนครสวรรค์, ชัยนาท, ลพบุรี และย้ายเข้ามาอยู่ในกรมฯ จนปี 22—23 ได้ย้ายไปรับตำแหน่งนายช่างเขตการทางนครราชสีมา และได้ย้ายกลับเข้ามาประจำอยู่ในกรม เฉลียวเกษียณอายุราชการในปี 2524 ในตำแหน่งผู้อำนวยการกองก่อสร้างทางหลวงจังหวัด สรุปได้ว่าเป็นลูกหม้อคนหนึ่งของกรมทางฯ เพราะอยู่กรมทางฯมานานถึง 32 ปี

ในนามของเพื่อนร่วมรุ่นวิศวฯ 86 ขอแสดงความเสียใจอย่างสุดซึ้งมายังคุณสุวิชและครอบครัว ที่ได้สูญเสียหัวหน้าครอบครัวไปอย่างกะทันหันไม่ทันมีเวลาตั้งตัว พวกเราเพื่อน ๆ คุณเฉลียวก็ได้แต่หวังว่าคุณความดีของเพื่อนรักของเราที่ได้บำเพ็ญไว้ในระหว่างที่มีชีวิตอยู่จงเป็นผลส่งให้ดวงวิญญาณของเพื่อนรักไปสู่สุขคติในสรวงสวรรค์ตลอดไป เทอญ.

นาวาอากาศโท ทินกร พันธุ์กระวี

(ทินกร พันธุ์กระวี)

ในนามเพื่อนวิศวฯ 86

12 ก.ย. 2531

เพื่อนรุ่นพี่

คำว่าเพื่อนนี้มีความหมายกว้างขวาง ไม่จำเป็นว่าจะต้องเป็นนักเรียนหรือนักศึกษารุ่นเดียวกัน อายุเท่า ๆ กัน แม้อายุจะแตกต่างกันมากเราก็เป็นเพื่อนที่ดีต่อกันได้

คุณเฉลียวกับผมเป็นเพื่อนกันคนละรุ่น ห่างกันไม่มากนักราว ๆ 4 หรือ 5 ปี แต่ก็เรียนสำเร็จมาจากสถาบันศึกษาแห่งเดียวกัน คือ โรงเรียนมัธยมวัดเทพศิรินทร์ และคณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผมเข้าใจว่าคุณเฉลียวเข้าทำงานที่กรมทางหลวง ตั้งแต่จบจากจุฬาฯ ส่วนตัวผมนั้นได้เข้ามาร่วมงานที่กรมทางหลวงปี พ.ศ. 2496 ก็พบว่าคุณเฉลียวได้ทำงานอยู่ที่นี่นานแล้ว

ในสมัยที่ผมเริ่มเข้าทำงานที่กรมทางหลวงนั้น นายช่างมีจำนวนไม่มากนัก และก็เป็นระยะที่กรมทางหลวงกำลังดำเนินการปรับปรุงมาตรฐานการก่อสร้างทางหลวง นายช่างทุกรุ่นจึงมีโอกาสได้พบปะกันในการสัมมนาบ้าง ในการฝึกดูงานก่อสร้างทางหลวงบ้าง ซึ่งตอนนั้นกรมทางหลวงได้รับความช่วยเหลือจาก USOM ในการสำรวจออกแบบ และก่อสร้างทางหลวงมิตรภาพสายสระบุรี–นครราชสีมา และสายพิษณุโลก–หล่มสัก ซึ่งดำเนินการโดยบริษัทวิศวกร และบริษัทก่อสร้างจากสหรัฐอเมริกา

ความจริงการเป็นเพื่อนร่วมงานกัน ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนรุ่นเดียวกัน หรือต่างรุ่นกัน ก็อาจจะเป็นการรู้จักกันเฉย ๆ แต่คุณเฉลียวเป็นเพื่อนรุ่นพี่ที่มีนิสัยใจคอกว้างขวาง โอบอ้อมอารี สนุกสนาน จึงทำให้เพื่อนฝูงทุกคนรัก และรุ่นน้องทุกคนก็ให้ความเคารพนับถือ และรุ่นน้องทุกคนก็เรียกคุณเฉลียวว่า พี่เหลียว

ผมมีความรู้สึกเศร้าใจเป็นอย่างยิ่งที่ได้ทราบข่าวว่า คุณเฉลียวต้องจากไป และมีความอาลัยถึงอยู่เสมอ ขอให้ดวงวิญญาณของคุณเฉลียวจงไปสู่สุคติในสัมปรายภพ.

(นายจำลอง ศาลิคุปต)
รองปลัดกระทรวงคมนาคม

ระลึกถึงคุณเฉลียว หงส์ลดารมภ์

ผมมีโอกาสได้พบและรู้จักกับคุณเฉลียว หงส์ลดารมภ์ เมื่อผมเริ่มเข้ารับราชการในกรมทางหลวงเมื่อปี 2520 ซึ่งในขณะนั้นกิจกรรมต่าง ๆ หลังจากเลิกงานแล้วไม่มีอะไรมากมาย และการจราจรก็ไม่ติดขัดวุ่นวายเหมือนในปัจจุบัน หลังเลิกงานแล้วพวกนายช่างทั้งหลายก็มักจะพบปะพูดคุย สังสรรค์กันที่สโมสร (ซึ่งก็ยังเป็นหลังเดิมในปัจจุบันนี้) เป็นประจำในตอนเย็น และก็มักจะยืดเยื้อต่อกันไปจนถึงกลางคืน สมัยนั้นนายช่างของกรมทางมีไม่มากนัก จึงมีโอกาสสนิทสนมและคุ้นเคยกันอย่างใกล้ชิด เราได้มีโอกาสร่วมงานติดต่อประสานกันอยู่เรื่อยมาจนประมาณปี 2505 ผมและคุณเฉลียวได้มีโอกาสทำงานใกล้ชิดกันยิ่งขึ้น เพราะผมได้ย้ายจากกองวิเคราะห์และวิจัย (เดิมเป็นแผนก) มาอยู่กองก่อสร้าง ได้ร่วมกันทำงาน ร่วมกันคิด ดำเนินการ และแก้ไขปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ อยู่นานหลายปี ขณะนั้นงานก่อสร้างของกรมทางเป็นงานที่ต้องดำเนินการเองโดยเจ้าหน้าที่ของกรม ทั้งนี้โดยที่เกือบทั้งหมดขณะนั้นหน่วยงานของรัฐที่มีเครื่องจักรกลเป็นชิ้นเป็นอัน ก็มีแต่เพียงกรมทางหลวงเท่านั้น ประกอบกับผู้นำในประเทศขณะนั้น (จอมพลสฤษดิ์ ธนะรัชต์) ก็คุ้นเคยกับอธิบดีกรมทางหลวง (พล.ท.เสถียร พจนานนท์) จึงได้สั่งการให้กรมทางหลวงได้ดำเนินการโครงการต่าง ๆ ของทางราชการเป็นจำนวนมาก เท่าที่จำได้โครงการที่คุณเฉลียวได้รับมอบหมายให้เป็นผู้ควบคุม บริหารและดำเนินการก่อสร้างก็คือโครงการปรับปรุงพื้นที่ ขุดสระ ทำถนนสายหลัก และถนนในพื้นที่บริเวณคลองจั่น ซึ่งในปัจจุบันเป็นบริเวณอาคารสงเคราะห์คลองจั่น โครงการตัดถนนขึ้นเขาใหญ่ ซึ่งก็ได้ใช้เป็นเส้นทางในการสัญจรสำหรับนักท่องเที่ยวในปัจจุบัน โครงการเหล่านี้คุณเฉลียวได้บริหารและดำเนินการจนสำเร็จลุล่วงไปได้ดียิ่ง จนได้รับคำชมเชยจากผู้นำประเทศในขณะนั้น จนเกือบเสียท่าที่กรมทางหลวงจะถูก

มอบหมายงานต่าง ๆ อีกมากมายให้มาดำเนินการ เพราะเห็นว่าพวกเราทำได้เรียบร้อย งานสำเร็จลุล่วงและราคาถูก แต่เนื่องจากเกรงว่าจะมีปัญหา จึงได้มีการรายงานทบทวนขึ้นไป จึงทำให้ต้องระงับเรื่องไป ต่อมาเมื่อคุณอุทัย วุฒิกุล มาเป็นอธิบดีกรมทางหลวง ได้เริ่มโครงการจ้างเหมาขึ้นประมาณปี 2507 กองก่อสร้างก็ต้องรับเป็นแม่งานในการดำเนินการให้ลุล่วงตามเป้าหมาย ผมได้มีโอกาสเริ่มวางแผนโครงการ และดำเนินการในรายละเอียดต่าง ๆ ร่วมกับคุณเฉลียว และนายช่างรุ่นน้อง ๆ อีกกลุ่มหนึ่งอย่างหนักในช่วงต้น ๆ เพราะเป็นของใหม่ ต้องสู้กับความนึกคิดเก่า ๆ ของคนของเราเอง ของหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ต้องสอนให้ผู้รับเหมาซึ่งในขณะนั้นเป็นเพียงจุดเริ่มต้น ให้รู้จักวิธีการสร้างทางสมัยใหม่ที่ถูกต้อง โดยต้องเป็นพี่เลี้ยงอยู่ระยะหนึ่ง จนต่อมาพวกผู้รับเหมาเหล่านี้ได้เติบโตขึ้น รู้จักงานมากขึ้น จนในปัจจุบันก็กลายเป็นผู้รับเหมาใหญ่ ๆ ไปเป็นจำนวนมาก ต่อมาคุณเฉลียวได้ย้ายไปเป็นหัวหน้ากองจัดซื้อ และเปลี่ยนชื่อเป็นกองพัสดุในปัจจุบัน และก็โยกย้ายไปปฏิบัติราชการในที่ต่าง ๆ อีกหลายแห่ง เราก็ยังได้พบปะคบหาติดต่อกันเรื่อยมา คุณเฉลียวเป็นคนสนุกสนาน พูดน้อย อารมณ์ดี พวกเราที่คุ้นเคยเรียกกันติดปากว่า “พี่แจ้ง” ซึ่งก็เป็นประวัติดั้งเดิมของคุณเฉลียว เท่าที่คบกันมาไม่เคยปรากฏว่าคุณเฉลียวมีอารมณ์ฉุนเฉียวเอะอะ หรือโวยวายแม้แต่ครั้งเดียว เป็นคนที่ทำงานเรียบร้อย รอบคอบ เป็นที่รักใคร่ชอบพอของเพื่อน ๆ โดยทั่วไป

ต่อมาเมื่อคุณเฉลียวได้เกษียณอายุราชการไปเมื่อปี 2524 ก็ยังได้มีการติดต่อคบหากันเรื่อยมา จนในระยะหลัง ๆ เริ่มมีอาการโรคประจำตัว ซึ่งก็ได้พยายามรักษาตัวอยู่เป็นประจำ จากนั้นก็ไม่ค่อยได้พบกันบ่อยนัก จนกระทั่งมาได้ทราบข่าวจากคุณสุวิชภรรยาคุณเฉลียวว่า “พี่แจ้ง” ได้จากพวกเราไปแล้ว รู้สึกใจหาย แม้ว่ารู้อยู่ว่าไม่วันใดก็วันหนึ่ง ทุกคนก็จะต้องพบจุดสุดท้ายในทางเดียวกัน แต่ก็อดระลึกถึงความหลังเก่า ๆ ที่เราได้เคยร่วมเที่ยวร่วมงานร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยกันมาเป็นระยะเวลายาวนานไม่ได้

ขอให้ผลกุศลกรรมที่คุณเฉลียว หงส์ลดารมภ์ ได้กระทำไว้ จงได้ส่งผลบุญนั้นให้คุณเฉลียวได้ไปสู่สุคติในสัมปรายภพด้วย

(เสรี สืบสงวน)

อธิบดีกรมทางหลวง 2522–2526

อาลัยเฉลียว

คุณเฉลียว หงส์ลดารมภ์ เป็นนักเรียนเก่าเทพศิรินทร์ รุ่นปี 2479 (ปีที่สำเร็จการศึกษา) หลังจากสำเร็จการศึกษาแล้ว ต่างก็แยกย้ายกันไปต่อระดับอุดมศึกษา ซึ่งเฉลียวได้เข้าศึกษาต่อที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะวิศวกรรมศาสตร์ เมื่อสำเร็จแล้วทราบว่าได้เข้ารับราชการกรมทางหลวงตลอดมา นักเรียนเก่าในรุ่นนี้เมื่อสำเร็จอุดมศึกษากันแล้ว ต่างก็แยกย้ายกันไปปฏิบัติหน้าที่ที่รับผิดชอบไม่ค่อยได้พบปะกันเท่าใดนัก นอกจากวันชื่นชุมนุมประจำปีของสมาคมนักเรียนเก่าเทพศิรินทร์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ ซึ่งจัดขึ้นปีละครั้ง จึงได้มาพบปะสังสรรค์กันครั้ง แต่ในระยะ 10 ปีเศษมานี้ ซึ่งหลังจากต่างก็อายุเกิน 60 ปีกันแล้ว จึงได้จัดตั้งชมรมเทพศิรินทร์ รุ่น 2479 ขึ้น โดยมี พล.อ.จ.สวัสดิ์ ศรีสุข เป็นประธานชมรม ได้มารวมกันโดยจัดให้มีการสังสรรค์ 2 เดือนครั้ง ซึ่งมีการรับประทานอาหารกลางวันร่วมกันตลอดมาจนปัจจุบันนี้ แต่ละครั้งก็มีผู้มาร่วมสังสรรค์ราว 30–40 คน เป็นประจำ ณ พงหลีภัตตาคาร มุมอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ ซึ่งเฉลียวก็เป็นสมาชิกประจำด้วยผู้หนึ่ง เฉลียวเป็นนักกีฬาของโรงเรียน เล่นฟุตบอลให้โรงเรียนอยู่หลายปี จำได้ว่าเล่นในรุ่นกลางและเป็นผู้มีฝีมือผู้หนึ่งในขณะนั้น เฉลียวเป็นคนรักเพื่อนรักฝูง ไม่เคยขัดใจเพื่อนเลย เป็นผู้มีอารมณ์เย็นจะยิ้มอยู่เสมอ แม้แต่เพื่อนจะขัดคอก็ไม่เคยแสดงอาการโกรธเคืองแต่อย่างใด จึงเป็นที่รักของเพื่อน ๆ มากอีกผู้หนึ่ง เฉลียวคงจะเป็นคนละเอียดรอบคอบในการสร้างครอบครัว ฉะนั้นในรุ่น 2479 เรา เฉลียวเป็นคนที่แต่งงานคนสุดท้าย เฉลียวแต่งงานกับคุณสุวิชเมื่อเพื่อน ๆ มีลูกสำเร็จการศึกษาจนออกทำงานแล้วก็เป็นจำนวนมาก เฉลียวเป็นคนรักครอบครัวมาก ในหมู่เพื่อน ๆ จะมีงานแต่งงานลูกหรืองานศพญาติผู้ใหญ่ เราจะต้องเห็นเฉลียวพร้อมด้วยคุณสุวิชออกงานด้วยกันเป็นประจำ จนเพื่อน ๆ ล้อว่าแยกกันไม่ออกหรืออย่างไร เฉลียวก็ได้แต่ยิ้มลูกเดียว

ในระยะ 4–5 ปีมานี้ เฉลียวห่างการสังสรรค์ไประยะหนึ่ง ทราบว่าเป็นโรคเกี่ยวกับหัวใจ จึงพักรักษาตัวพอค่อยแข็งแรงขึ้นก็ได้มาร่วมสังสรรค์อีกครั้ง แต่ก็มามั่งไม่มามั่ง เพื่อน ๆ ก็ดีใจและให้กำลังใจ จนเมื่อปี 2529 ชมรมเทพศิรินทร์ 2479 ได้จัดทัศนาจรวนอุทยาภูหินร่องกล้าและเขาค้อ เฉลียวก็ได้ไปร่วมสนุกสนานกับเพื่อน ๆ ซึ่งเป็นการไปทัศนาจรกับเพื่อน ๆ เป็นครั้งสุดท้าย เพราะเมื่อตอนเช้าวันที่ 7 พฤศจิกายน 2530 เฉลียวก็ได้จากพวกเพื่อน ๆ เทพ-ศิรินทร์ 2479 ไปด้วยโรคหัวใจด้วยอาการอันสงบ เจ้าภาพได้ตั้งศพ ณ วัดมกุฏกษัตริยาราม ชมรมเทพศิรินทร์ 2479 ซึ่งเพื่อน ๆ เป็นจำนวนมากได้ไปร่วมรดน้ำและร่วมเป็นเจ้าภาพสวดพระอภิธรรมให้เฉลียวเพื่อนรักในคืนวันที่ 13 พฤศจิกายน 2530 อีก 1 คืน

การที่คุณเฉลียว หงส์ลดารมภ์ ต้องจากไปครั้งนี้ ยังความเศร้าโศกเสียใจแก่ครอบครัวอันเป็นที่รัก ญาติและมิตรเป็นอันมาก แต่การเกิดแก่เจ็บตายเป็นของธรรมดาโลก ก็ต้องปลงเสียว่าเป็นเรื่องของธรรมชาติของมนุษย์ ในนามของชมรมเทพศิรินทร์ 2479 ผมขออำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์-สิทธิ์ทั้งหลาย จงดลบันดาลให้ดวงวิญญาณของคุณเฉลียว หงส์ลดารมภ์ เพื่อนรักจงไปสู่สุคติในสัมปรายภพเทอญ.

(อร่าม สุทธะพินทุ)
ประธานชมรมเทพศิรินทร์ 2479

“ผมภูมิใจที่เคยมีเพื่อนชื่อ เฉลียว หงส์ลดารมภ์”

“เฉลียว” เป็นชื่อธรรมดาสามัญอย่างยิ่งชื่อหนึ่งของคนไทย เอาแค่ในสมุดรายชื่อผู้ใช้โทรศัพท์ของนครหลวงก็มีคนชื่อเฉลียวปาเข้าไปตั้ง 281 เฉลียวเข้าไปแล้ว ทั้งเมืองไทยไม่รู้มีกี่พันกี่หมื่นเฉลียวละมั้ง

“หงส์ลดารมภ์” เป็นชื่อสกุลที่แม้จะมีคนใช้ไม่มากมายเหมือนอย่างชื่อคนว่าเฉลียว แต่ก็มีมากมายไม่เบา แล้วก็ปรากฏให้ได้เห็นได้ยินอยู่เป็นประจำทุกบ่อยเสียด้วยไม่ว่าจะเป็นในหน้าหนังสือพิมพ์ จอทีวี หรือหน้าลำโพงวิทยุ เอาแค่คนที่เคยเป็นทั้งเพื่อน ทั้งครู และทั้งนายของผมคนเดียวก็เหลือกินแล้ว อย่าหาว่าละลาบละล้วงล่วงเกินเลยครับ คนที่ชื่อ “สุนทร” นามสกุล “หงส์-ลดารมภ์” เป็นยังงั้นจริง ๆ ท่านเป็นเพื่อนร่วมโรงเรียนมัธยมวัดเทพศิรินทร์กับผม ถึงจะคนละชั้นห่างกันหน่อยก็ช่างปะไร แล้วต่อมาเมื่อผมยังเป็นนักเรียนเทพศิรินทร์อยู่ท่านก็กลับมาเป็นครูสอนผม มิหนำซ้ำตอนหลังท่านแอบไปเป็นข้าราชการอยู่ที่กรมโฆษณาประชาสัมพันธ์อะไรโน่น ผมก็แอบตามไปเป็นลูกน้องท่านซะอีก ผมจึงมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับท่านอยู่มากโข

แต่เพื่อนรักนักเรียนห้องเดียวกับผมคนหนึ่งยังมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับอาจารย์สุนทรยิ่งกว่าผมเสียอีก เพราะเขาชื่อ “เฉลียว หงส์ลดารมภ์” ที่ว่ามานั่นแหละ นอกจากเคยเป็นเพื่อนร่วมโรงเรียน (ตอนอาจารย์สุนทรเป็นนักเรียน) เป็นลูกศิษย์ (ตอนอาจารย์สุนทร์เป็นอาจารยสุนทร) และเป็นลูกน้อง (ตอนอาจารย์สุนทรเป็นรองนายกรัฐมนตรี) แล้ว เฉลียว หงส์ลดารมภ์ ยังเป็นน้องชายอาจารย์สุนทร หงส์ลดารมภ์ (ทุก ๆ ตอน) อีกด้วย

เพราะความที่เคยใกล้ชิดกับ “หงส์ลดารมภ์” คนที่ชื่อ “สุนทร” มาหลายสิบปี ผมจึงอยากให้เมืองไทยเรามีคนอย่างที่ชื่อ “สุนทร หงส์ลดารมภ์”

อีกเยอะ ๆ คนที่เก่งทุกอย่าง เตะฟุตบอลก็เก่ง เรียนหนังสือก็เก่ง เป็นนักโฆษณาประชาสัมพันธ์ก็เก่ง เป็นนักการทูตก็เก่ง เป็นนักบริหารระดับประเทศก็เก่ง อัธยาศัยไมตรีก็ดี การสมาคมไม่มีที่ติ คนอย่าง "สุนทร หงส์ลดารมภ์" จำเป็นสำหรับประเทศไทย ท่านเป็นคนที่ผมภูมิใจ

แต่คนอย่าง "เฉลียว หงส์ลดารมภ์" ก็จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับประเทศไทย และก็เป็นคนที่ผมภูมิใจ

เฉลียวเล่นฟุตบอลเก่งอย่างเดียวกับพี่ เรียนหนังสือหนังหาดีไม่แพ้พี่เท่าไหร่ การทำงานทำการนั้นโอกาสและ "ดวง" มันสำคัญไม่น้อยกว่าความรู้ความสามารถ เฉลียว หงส์ลดารมภ์ จึงเด่นดังในราชการงานเมืองไม่เทียบเท่าสุนทร หงส์ลดารมภ์ แต่ก็ไม่จำเป็นต้องหมายความว่าใครสลักสำคัญกว่าใครในการทำงานเพื่อส่วนรวมและชาติบ้านเมือง ผมคิดว่าถ้าไม่มีคนชื่อเฉลียว หงส์ลดารมภ์ อยู่ในกรมทางตั้งแต่เป็นกรมทางหลวงแผ่นดินจนเหลือแค่ทางหลวงเฉย ๆ สะพานหลายสะพานอาจจะพังไป ทางหลวงหลายสายอาจจะทรุดโทรมก่อนกำหนดที่ควร ทั้งนี้ผมเพียงต้องการยืนยันว่าเฉลียว หงส์ลดารมภ์ เป็นคนที่ทำงานดีคนหนึ่ง

ไม่เพียงเป็นคนทำงานดี เฉลียวเป็นคนดีที่ไม่มีเพื่อนร่วมรุ่นร่วมโรงเรียนคนไหนจะไม่รู้จักและรักน้ำใจ อย่างน้อยฉายาว่า "ไอ้หงอก" ที่เฉลียวถูกขนานเรียกมาตั้งแต่เริ่มแตกพานก็ทำให้เพื่อน ๆ รู้สึกเป็นหนุ่มขึ้นได้หน่อยก็ยังดี

เฉลียวเป็นคนค่อนข้างสมถะที่นิยมการยิ้มยิ่งกว่าการพูด แต่เพื่อนฝูงมีงานการอะไรพบปะสามัคคีกันที่ไหน เฉลียวไม่ค่อยจะละเว้นไปนั่งยิ้มแล้วก็ฟังเพื่อนพูด

เฉลียวเป็นคนที่มีเพื่อนฝูงมากที่สุดคนหนึ่ง เฉลียวไม่ทำให้ใครหรืออะไรเดือดร้อนโดยไม่จำเป็น เฉลียวมีครอบครัวที่มีความสุขตามสมควรแก่อัตภาพ เฉลียวทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ทุกคนเท่าที่จะทำได้ ด้วยน้ำใจที่เอื้ออารี โดยใบหน้าที่ยิ้มแย้มตลอดเวลา ด้วยวาจาที่ไม่เป็นพิษเป็นภัยแก่ใคร

นี่คือเฉลียวที่ผมรู้จัก เฉลียวที่ไม่ใช่คนเด่นดัง แต่เป็นคนที่ผมเชื่อว่าถ้ามีมาก ๆ เมืองไทยของเราจะดีและจะน่าอยู่กว่านี้อีกมากมาย ในแผ่นดินนี้มีคนดัง ๆ หลายคนที่ผมละอายไม่กล้าบอกใครว่าเป็นเพื่อน

แต่ผมภูมิใจที่เคยมีเพื่อนชื่อ "เฉลียว หงส์ลดารมภ์"

ต่อไปนี้จะใช้ "เฉลียว" อันเป็นนามที่ครูท่านเรียก ในระหว่างพวกเพื่อนถ้าจะตามครูเขาก็จัดให้มีคำนำหน้านามที่เหมาะสมไว้ด้วย ส่วนใหญ่พวกเพื่อนเรียกว่า "__หงอก" ซึ่งแม่นยำ ไม่มีการผิดตัว เพราะเฉลียวหัวหงอกมาแต่เล็กจะมาไม่ถนัดปากก็ต่อปี พ.ศ. 2479 เวลาจะเข่นว่าจำต้องดูหน้าระวังหลังให้ดีเสียก่อน เพราะ ฯพณฯ นายสุนทร หงส์ลดารมภ์ เมื่อมีบทเป็น "อาจารย์สุนทร" ตอนนั้นผมหงอกเหมือนเฉลียวผู้เป็นน้อง ตอนนี้ไม่

คุณช่วง สูงตรง นักฟุตบอลดีเด่นของเทพศิรินทร์ (อย่างกะว่าเล่นอยู่คนเดียว) บอกว่าดูกระไรไม่รู้เอาเลยหรือว่า เฉลียว เขา(ช่วง) และสายัณห์ เมธาคุณวุฒิ นั้น สู้อุตส่าห์ย้ายมาจากโรงเรียนวัดมหาธาตุ มาเข้าชั้นมัธยมปีที่ 4 ที่เทพศิรินทร์พร้อมกันปี พ.ศ. 2475 แล้วได้อาสาบอกเพิ่มเติมอีกว่า เฉลียวนั้นกำพร้าแม่มาตั้งแต่อายุเฉลียวได้ 2–3 ขวบ จากวัดมหาธาตุแล้วจึงย้ายมาอยู่กับ "มหากิม" ผู้เป็นพี่อีกผู้หนึ่ง ที่สึกจากสมณะเพศมาตั้งโรงพิมพ์ท่าพระจันทร์

เป็นอันว่า เฉลียวเข้าเรียนที่เทพศิรินทร์ ชั้น ม.4 พ.ศ. 2475 ได้เลขประจำตัว 4240 เครื่องแต่งกายนักเรียนตอนนั้น ใช้เสื้อราชปะแตนสีขาว (คือ คอปิดตั้งแขนยาว มี 4 กระเป๋า ขัดกระดุม 5 เม็ด) กางเกงดำขาสั้น (ขาแคบกว้างตามสมัยที่จะให้ลมโชย) ถุงเท้ายาวสีขาวหรือสีดำ รองเท้าดำหุ้มส้นผูกเชือก สวมหมวกฟางบนตัดปีกหมวกแข็ง (คนคุยเขื่องก็ว่าเอาแบบนักเรียนโรงเรียนอีตั้นของอังกฤษ นักเรียนส่วนใหญ่ว่าเอาแบบนายเฟรด แอสแตร์ ดารานักเต้นรำในภาพยนตร์) กลางหน้าหมวกติดอักษรย่อทำด้วยโลหะ "ท ศ" ชั้นมัธยมมีแถบผ้าพันหมวกกว้างกว่าชั้นประถมเป็นสิ่งบอกอาวุโส อย่างนี้ผ่านเข้าประตูโรงเรียนได้ เข้าชั้นเรียนได้โดยถอดหมวกไว้เป็นที่เป็นทางเสียก่อน หากใช้รองเท้าขาว

ถุงดำก็ผ่านเข้าโรงเรียนได้ แต่ถ้าเจ้าคุณจรัลท่านพบเห็นเข้าท่านจะต่อว่าว่าแต่งเหมือนหมาตีนด่าง วันหน้าอย่าแต่งมาอีก ครูแต่งกายแบบเดียวกันหากแต่ไม่ใช้กางเกงขาสั้น ท่านนุ่งผ้าม่วงสีกรมท่า และไม่ใช้หมวกฟาง โสดอยู่ก็ใช้หมวกสักหลาดบอสซาลิโน มีครอบครัวแล้วอาจใช้หมวกหางนกยูงหรือหมวกกะโล่ ครูฝรั่งแต่งชุดสากลสีขาวหรือสีนวล เชิ้ตผูกเนคไทสีไม่ฉูดฉาด (มร.เซลลี่ อาจารย์ใหญ่ มีเน็คไทอันเดียวสีดำ) สวมหมวกแบบครูไทย

ตอนนั้นที่โรงเรียนมีอาคาร 5 หลัง (ไม่นับโรงเรือนมีห้องส้วม) ตึกเยาวมาลย์อุทิศ ตึกปิยราชบพิตร อยู่ฝั่งหนึ่งของสนาม ตึกแม้นนฤมิตร ตึกวิทยาศาสตร์ (ตึกโชฎึกเลาหเศรษฐี) และอาคารพลศึกษา (โรงยิมนาสติค) อยู่อีกฝั่งหนึ่ง ตึกแม้นนั้นจัดมีห้องเรียนของชั้น ม.8 และที่ทำการของอาจารย์ใหญ่ อาจารย์ผู้ปกครอง และฝ่ายธุรการทะเบียนประวัติ รวมทั้งซอกที่ให้ครูสุวรรณ รื่นยศ นั่งจัดการหนังสือแถลงการศึกษาเทพศิรินทร์ ตึกแม้นนับว่าเป็นตึกสงบเงียบและออกจะขลังอยู่ (หลังจากได้รับความเสียหาย อันเกิดจากมือสวะของนักบินที่มาทิ้งระเบิด เมื่อกรกฎาคม พ.ศ. 2488 แล้ว จึงได้มีการก่อสร้างตึกแม้นและตึกอื่นกันใหม่ ตึกเรียนของเทพศิรินทร์คงได้รับเคราะห์แทนสิ่งปลูกสร้างขององค์การรถไฟไทยที่หัวลำโพง ด้วยเหตุนี้ประวัติต่าง ๆ รวมทั้งของเฉลียวจึงไม่อาจค้นหาได้)

ปีที่เฉลียวเข้าเรียนชั้น ม.4 มีการเปลี่ยนแปลงการปกครอง มีทหารนำรถกะบะมีฐานติดตั้งปืนกลมาเฝ้าอยู่ภายในโรงเรียนบริเวณมุมด้านในของตึกเยาวมาลย์ จะว่ามาอารักขาคุณทศ พันธุมเสน และน้องชายผู้เป็นบุตร พ.อ. พระยาทรงสุรเดชก็จะเกินไปหน่อย ด้วยจอดอยู่เฉย ๆ มันเหงา นักเรียนยุให้ยิงปืนให้ชม ทหารก็บ้าจี้นิ้วไว ยิงให้ชมหนึ่งพรู ใบมะฮ๊อกกะนีล่วงหล่นเป็นที่สบอารมณ์ของนักเรียนที่ดีวงดูอยู่ ผู้คนอื่นที่อยู่ห่างออกไปคงตกใจไม่น้อย จากวันนั้นแล้วรถทหารไม่ได้มาเฝ้าโรงเรียนให้อีก

เมื่อเปลี่ยนแปลงการปกครองแล้ว ปีนั้นมีระบบการแข่งขันฟุตบอลใหม่ระหว่างโรงเรียนให้แข่งขันกันแบบฉันท์มิตรคือไม่ชิงถ้วยชิงโล่ห์ แข่งขันเพื่อเชื่อมความสามัคคีคราวใด มันก็มีการวิวาทชกต่อยระหว่างนักเรียนไม่ลดน้อยไปกว่าเดิม ปีต่อมาจึงได้กลับมาระบบเก่ามีชิงถ้วยชิงโล่ห์อีก

ทุกชั้น ครูไม่นิยมการเฆี่ยนตีทำโทษนักเรียน ยิ่งชั้นเล็กครูจะไม่ลงโทษเลยทีเดียว ชั้นโต ๆ ครูก็เพียงดุว่า ครูที่มีคำคมก็พูดเสียดสีให้ได้อาย อย่างกะว่านักเรียนนั้นหน้าบางด้วยกันทุกคน เกณฑ์ที่ถูกลงโทษมี ห้ามเล่นลูกหินดีดลูกหิน มีแต่เด็กเล็กที่เขาชอบของเขาอย่างนั้น เขาก็สู้แอบเล่นข้างตึกซอกตึก เจ้าคุณจรัลวิ่งตามจับเด็กไม่ทัน จำไม่ได้ตัวเล็กหน้าตาคล้ายกันไปหมด ไม่เคยได้ใครมาลงโทษ มีการห้ามยืนปัสสาวะริมรั้วด้านถนนกรุงเกษม แต่ก็มีนักเรียนโตทำเป็นยืนชมต้นพู่ระหงบ่อย ๆ ไม่ใช่ท้าทายคำสั่งครู มันปวดเต็มแก่ ห้องส้วมมันอยู่ไกลจากสนามโขอยู่ ครูสั่นระฆังหมดเวลาเล่นโดยให้เตรียมตัวเข้าห้องเรียน ถ้าวิ่งไปถึงส้วมได้ก็ราดรดกางเกงหรือรดเพื่อน เพราะส้วมมันแน่นกันไปหมด ครูไม่ให้ทำเช่นนั้นเนื่องจากมีผู้เดินผ่านไปมาริมรั้วด้านนอก รั้วโปร่งพอที่จะเห็นเข้ามาข้างในได้ (สมัยนี้รั้วทำไว้ทึบแล้ว) มีการห้ามสูบบุหรี่ในห้อง-ส้วมด้วยเกรงจะมีกลิ่นเพิ่มขึ้น ความจริงนอกห้องส้วมครูก็ห้าม ทำไมเขียนป้ายเฉพาะในห้องส้วมก็ไม่ทราบ ครูที่อยากจับตัวให้ได้มั่นก็ต้องรออยู่หน้าห้องส้วมและเข้าไปพิสูจน์กลิ่น ครูจึงจับตัวไม่ใคร่ได้ ครูไม่ชอบปฏิบัติหน้าที่นี้ ที่เรียกว่ามีลงโทษเฆี่ยนตีเป็นเรื่องใหม่ มร.เซลลี่ อาจารย์ใหญ่ เป็นผู้ลงมือเอง ต่อหน้าที่ประชุมนักเรียนทั้งโรงเรียน คือจับตัวได้ รู้ตัว และสารภาพว่า ไปวิวาทชกต่อยกับผู้อื่นนอกโรงเรียนมาจริง จะอ้างว่าเป็นฝ่ายถูกเพราะผู้อื่นลงมือก่อนก็ไม่คำนึงถึง มร.เซลลี่เฆี่ยนก้นคนลง 2–3 ที ฟังเสียงแล้วเสียงมันดังปุ ๆ พิกล ผู้รู้ตัวว่าถูกลงโทษแน่ได้เตรียมยัดก้น สวมกางเกงมา 2–3 ชั้นล่วงหน้า ไม่มีร้องไห้ ต้องนับว่ากล้ารับสารภาพว่าผิดเกณฑ์ของโรงเรียน ความจริงผู้ถูกลงโทษเป็นผู้รักเพื่อนรักโรงเรียน เป็นผู้เจ็บร้อนแทนนักกีฬาในสนามที่คนอื่นเขาด่าว่ากล่าวหา

ที่ถึงกับวิวาทชกต่อยกันที่ข้างสนามหรือที่อื่นเมื่อเลิกแข่งขันแล้ว ก็ด้วยเหตุที่ต่างฝ่ายก็ปากกล้ามือไวเท้าไวด้วยกัน สำหรับนักเรียนของเทพศิรินทร์ผิดเกณฑ์ก็ต้องถูกลงโทษ ครูลงโทษแล้วก็เลิกกันไป ไม่มีการตัดคะแนนขึ้นป้ายให้เสียใจภายหลังอีก

ตอนนั้นที่เทพศิรินทร์ มีตั้งแต่ชั้นประถมปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมปีที่ 8 นับเป็นเอกลักษณ์ (เพื่อนร่วมรุ่นจะให้เขียนว่า เช่นนั้น *ครบวงจร*, ใครเขาจะใช้เช่นนั้นก็ช่างเขา พวกเราอย่าได้มาเสียสติเมื่อแก่) ยากที่จะหาโรงเรียนสำคัญอื่นมาเปรียบได้ เข้าใจว่าชั้น ม.4—5—6—7 ชั้นหนึ่ง ๆ แบ่งเป็น 2 ห้อง คือ ก. และ ข. พอมาถึงชั้น ม.8 มีตั้งแต่ห้อง ก. ถึง จ. หรือ ฉ. ที่แบ่งเป็นหลายห้องไม่ใช่ด้วยประสงค์กระจายให้แต่ละห้องมีนักเรียนน้อยลง เพื่อครูกวดขันวิชาได้ทั่วถึง ชั้น ม.8 มีนักเรียนมาก เพราะล้วนแต่มีผู้ไม่ยอมไม่อยากจะจากครูจากโรงเรียนอันเป็นที่รักไปให้รวดเร็วนัก นักเรียนบางคนก็ว่า เรียนซ้ำชั้นแล้วจะได้รู้ซึ้ง ผู้ปกครองก็จำใจเห็นชอบว่าลูกจะได้วิชาแก่เข้มเข้า บางคนก็ว่าโกงอายุมาแล้วรีบจบไปหน้ามันดูอ่อนอยู่ เกรงราชการทหารเขาจะไม่รับ...ไม่ใช่ว่าครูสอนไม่ดี

การศึกษาศีลธรรมจรรยา ครูท่านก็สอนตามหนังสือครบตัวบทที่เขาวางไว้ ที่ได้เพิ่มเติม ก็คือการไปฟังเทศน์เป็นประจำในโบสถ์วัดเทพฯ ที่จำมาได้แน่วแน่คือพระท่านให้ทำดีทำชอบท่านแจกแจงอะไรออกไปอีกมันไม่สู้ฝังอยู่ในหัว ทุกปีมีการทำบุญเลี้ยงเพลพระวัดเทพฯทุกองค์แบ่งไปทั่วทุกห้องเรียนทั่วทั้งโรงเรียน ถ้ามัวเถียงกันว่าต้อง 7 องค์ 9 องค์ละก็พระไม่ได้ฉันเพลแน่ ได้นิมนต์สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (เจริญ ญาณวรเถระ) ด้วย สมเด็จองค์นี้ประทานพุทธภาษิตประจำโรงเรียนให้ตั้งแต่ก่อนเฉลียวจะมาเข้าว่า "นสิยา โลกวฑฺฒโน" อันแปลว่า "ไม่ควรเป็นคนรกโลก" ครูได้ทำป้ายติดไว้ให้เห็นเด่นชัดทั้งสองตึกใหญ่ เป็นเครื่องเตือนใจ จำได้มาตลอด ตอนเลี้ยพระครูก็คอยกำกับอยู่ ให้กราบพระพุทธให้ถูก กราบและปรนนิบัติพระสงฆ์ให้ถูกแบบแผน

สมัยรุ่นของเฉลียว โรงเรียนจัดให้ครูเลิศ รักรุกรบ เป็นครูพิเศษจากภายนอกมาสอนมาต่อเพลง และฝึกซ้อมการบรรเลงเพลงไทยเดิม ให้แก่นักเรียนผู้สนใจเรียนโดยนักเรียนไม่ต้องออกค่าใช้จ่าย เขาจัดเป็นวงเครื่องสายได้ทุกปี มีมานพคุณบุญวิจิตร อมาตยกุล (ชั้นสูงกว่าเฉลียว 1 ชั้น) จำเรียงร้องประสานกับดนตรี เสียงไพเราะเพราะพริ้งที่กุลสตรีอีกมากนักจักได้อาย ในการรับบทนี้เธอมีท่าทางอ่อนช้อยตุ้งติ้งกวัดผ้าเช็ดหน้าปักผืนน้อยแฝงขวยอายยวนยั่วพอเจริญตา ไม่ต้องไปเชิญหรือว่าจ้างคุณนางหรือคุณนางสาวจากภายนอกมาขับร้อง นักเรียนที่ชอบดนตรีเพลงไทยเดิมก็เข้าไปนั่งฟังได้อย่างมีความสุขที่ห้องโถงชั้นบนของตึกเยาวมาลย์ ทางโรงเรียนจัดการบรรเลงเพลงของวงนี้ออกอากาศทางสถานีวิทยุกระจายเสียงบ่อยครั้ง (ตอนนั้นคุณสรรพสิริ และคุณตุ๊ก็เรียนอยู่กับเรา น่าจะได้เห็นคุณค่า พอไปเป็นสลักสำคัญทางการกระจายเสียงรวมทีวีเข้า ก็ละเลยเห็นแต่เรื่องได้เงินด้านโฆษณา)

การศึกษาในห้องเรียนนั้น แต่ละชั้นแต่ละห้องมีครูประจำชั้น ครูประจำห้อง ท่านสอนเองบ้าง มีครูอื่นมาสอนสลับเปลี่ยนตามถนัดตามชั่วโมงต่างวิชา ซึ่งมี ภาษาไทย วรรณคดี ศีลธรรม วาดเขียน คณิตศาสตร์ ภาษาอังกฤษ วิชาวิทยาศาสตร์สำหรับชั้น ม.7 และ ม.8 ไปเรียนที่ตึกวิทยาศาสตร์ วิชาพลศึกษา(ไม่มีการให้คะแนน)ต้องเดินจากห้องเรียนไปโรงยิมนาสติค ถ้าตอนฤดูหนาว ผู้ฝึกให้นักเรียนวิ่งหรือทำท่าบริหารร่างกายในแดดที่สนาม ครูแต่ละท่านสอนมาจนชำนาญแล้ว ท่านว่าปากปล่าวไม่ต้องถือโน๊ต อย่างลืมจริง ๆ ก็ขอดูโน๊ตที่นักเรียนนั่งแถวหน้าจดไว้ว่าสอนไปถึงไปนแล้ว ถ้าไม่ได้จดท่านก็ว่าซ้ำใหม่โทษท่านไม่ได้ ครูที่เพิ่งได้รับบรรจุใหม่แต่ละท่านเตรียมการสอนมาอย่างดีอย่างเอาใจใส่ อย่างครูบุญถิ่น ท่านสอนให้รู้เกือบเท่าที่ท่านศึกษามา ครูเหล่านี้ที่ท่านสอนพวกรุ่นเฉลียว กล่าวคือ ประสิทธิ์ ศิริทรัพย์, ทอง พงศ์อนันต์, สนอง สุขสมาน, ม.จ.ภัคย์พันธ์ เกษมสันต์, สาย(ดร.) ภาณุรัตน์, สำราญ เภตรารัตน์, ประสงค์ รังสิวัฒน์, เทือก(ดร.) กุสุมา ณ อยุธยา (มโหทร),

สมาน สิงหวิลัย, ทา พิมพ์พันธ์, สุรินทร์ สรสิริ, สัข์(ศรี)เวทย์ ศรีตุลา, สำอางค์ วงศ์ว่องการ, ประวัติ อิศรางกูร ณ อยุธยา, ศิระประภา บุญหลง, บุญถิ่น อัตถากร, (หมายเหตุ : ชายทั้งนั้น, จำได้เพียงเท่านี้, ขออภัยถ้ามีตกบกพร่องต่อครูด้วย, ขออภัยที่ไม่พิมพ์คำ "ครู" นำหน้าทุกท่าน ด้วยเกรงว่าโรงพิมพ์เขาจะขาดตัวอักษร)

ครูที่ช่วยฝึกสอนหรือติชมด้านกีฬา มี นายดาบ สิทธิ์ จารุนาค, ทอง เอกบุศย์, ประสิทธิ์ ศิริทรัพย์, สำอางค์ วงศ์ว่องการ, ประนอม รัตนศึกษา, จาด โฉมทองดี, บุญมี ลำเจียกเทศ, สว่าง วิจักขณะ สำหรับฟุตบอลมีนักเรียนที่เข้าทีมไม่ได้มากหน้าหลายตาทำหน้าที่วิจารณ์อย่างดุเดือดอยู่ข้างสนามด้วย ครูที่ไม่ได้สอนพวกรุ่นเราหากแต่เราสะเออะเจ๋อหน้าเข้าขอร่วมเล่นแบดมินตันด้วย มี ชิน(ศจ.) อยู่ดี, กีบิ๋น ชมภูพงศ์ (ระบิล สีตะสุวรรณ), สุวรรณ รื่นยศ และสวัสดิ์ ศรีเพ็ญเป็นต้น ครูที่มาทดลองสอน ก่อนที่ท่านจะได้ปริญญาเป็นบัณฑิตจากมหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ มี ชับ บุนนาค, ยิ้ม เที่ยวประดิษฐ์, เชื้อ สาริมาน และสนอง สิงหพันธ์ (เท่าที่นึกออก) ท่านคงได้คะแนนดีเยี่ยมไปจากพวกเรา เพราะไม่มีเครื่องมือจารกรรมติดตั้งไว้ในห้องเรียน ไม่มีผู้ใดมาประเมินผลในห้อง

สำหรับวิชาภาษาอังกฤษ มี อ่าน(ออกเสียง, ไม่ออกครูไม่ยอม), เขียน (ตาม)คำบอก(ไม่ใช่จดชวเลข), เรียงความ, ไวยากรณ์ และพูด(ไม่มีคะแนน) สำหรับรุ่นเรามีครูผู้สอน กล่าวคือ มร.อาร์.ไกรสเล่อร์(เยอรมัน), มร.เอ็ม.พี.คีน (ไอริช), ม.ร.ซี.เอ็ม.บี.โธมัส(เว๊ลช), หลวงจรัสการคุรุกรรม(ไทยเรียนจากอังกฤษ), หลวงลือล้ำศาสตรี(ไทยเรียนจากอังกฤษ), นายซุนทาราดีโน่(สุนทรภู่จิ๋ว) หงส์ลดารมภ์ (จบจากอังกฤษ ชำนาญภาษาอิตาเลี่ยน) ทั้งโรงเรียนมีชาวอังกฤษผู้เดียว คือ มร.เอ็น.แอล.เซลลี่ อาจารย์ใหญ่ จะสอนก็ต่อเมื่อครูฝรั่งคนใดคนหนึ่งขาดโรงเรียนไป ครูฝรั่งนั้นสอนทุกอย่างยกเว้นไวยากรณ์อังกฤษ ครูไทยสอนไวยากรณ์อังกฤษได้ ครูฝรั่งสอนไม่ได้เพราะไม่เคยเรียนไม่เคย

เห็นตำราไวยากรณ์อังกฤษที่ มร.เนสฟีลด์เป็นผู้แต่ง (หนังสือนี้ขายดีที่สุดก็ในประเทศสยามเท่านั้น) ผลการศึกษาวิชาภาษาอังกฤษของพวกรุ่นเราปรากฏว่าสอบผ่านข้อสอบของกระทรวงศึกษาธิการมาได้ทุกคน แต่หากฟังพวกเราพูดอังกฤษ ฟังแล้วมันแปร่งหูพิกลเหมือนภาษาดัทช์สองชั้น...ก็จะให้ทำอย่างไรได้

อาจารย์ใหญ่ อาจารย์ผู้ปกครอง ตั้งแต่เฉลียวเข้าเรียนที่เทพศิรินทร์ ทางกระทรวงศึกษาธิการเป็นห่วงจะให้พวกรุ่นนี้ได้รับการควบคุมการศึกษา การปกครองครูและนักเรียนให้ดีอย่างยิ่ง จึงได้จัดท่านเหล่านี้มา คือ มร.เอ็น.-แอล.เซลลี่, พระยาจรัลชวนะเพท, พระสันธิวิทยาพัฒน์, พระพิสัณห์วิทยาพูล, หลวงสำเร็จวรรณกิจ, พระดรุณพยุหรักษ์ หลวงภารสาร

ที่โรงเรียนเทพฯไม่มีการกวดวิชานอกเวลาเรียนให้ไม่ว่าชั้นใด สำหรับรุ่นเรามีอยู่ครั้งเดียวปีเดียวที่คุณพระสันธิวิทยาพัฒน์ท่านสอนวิชาเมคแคนิคส์ให้เป็นพิเศษหลังเลิกเรียนแล้วโดยไม่เก็บค่าเรียน ใครจะเรียนก็ได้ ทั้งนี้เพราะท่านเห็นว่า ผู้ที่จะไปสมัครสอบเข้า เป็นต้นว่าโรงเรียนนายเรือหรือสถาบันอื่น นักเรียนเทพฯอาจแพ้เปรียบเขาหากไม่ได้ศึกษาไป และจะได้ไม่ต้องไปกวดวิชาที่อื่นซึ่งนับว่าเป็นพระคุณอย่างยิ่ง จากอาจารย์พระสันธิวิทยาพัฒน์

เพียงบอกชื่อครูเท่าที่แจ้งให้ทราบนี้เท่านั้น ก็น่าจะพอเป็นประกาศนียบัตรชั้นสูง ที่นายจ้างทั้งหลายพึงรับนักเรียนที่ผ่านการอบรมจากท่านมาเข้าทำงานได้ ไม่ต้องสอบเข้าให้เสียเวลา ครูอาจารย์ไม่แนะแนวอาชีพให้นักเรียน นักเรียนส่วนใหญ่ก็คงปรึกษาผู้ปกครองเพราะท่านจะเป็นผู้เกื้อกูลต่อไปอีก หรืออาจคิดหาเอาเองก่อนที่จะจบจากโรงเรียนไป จะว่ารุ่นพี่เขามีส่วนแนะนำแนะแนวด้วยก็อาจเป็นได้ รุ่นพี่ที่ไปเข้าเป็นนักเรียนนายร้อย นักเรียนนายเรือ (นักบินนั้นก็ได้เรียนรู้ว่าต้องไปเข้าโรงเรียนนายร้อยทหารบกเสียก่อน...นั่นสมัยนั้น) ตำรวจปฏิบัติอย่างไรไม่แน่ชัด รุ่นพี่เขามักกรายมาที่โรงเรียนหลังเลิกเรียนแล้ว ใครจะปรึกษาก็ได้ไม่เก็บเงิน นักเรียนเห็นแต่งตัวสะอาดโก้สมาร์ทเขาว่ากุลสตรีชอบชำเลือง ผู้ที่ชอบใจก็ดำริติดตามอาชีพเช่นนั้น ไม่ถึงกับใฝ่ฝัน

ว่าจะเป็นเอาตำแหน่งนายพลกันเลยในตอนนั้น รุ่นพี่ที่ออกไปรับราชการทางด้านพลเรือนเลยทีเดียวก็มี เขาก็มาเยี่ยมกราย นุ่งผ้าม่วงแต่งกายคล้ายครู ไปเป็นเสมียนกระทรวงใดกระทรวงหนึ่ง ตอนนั้นได้รับบรรจุเงินเดือน 30 บาทก็นับว่ามากโข บางคนแต่งเมียได้เลย พวกที่ไปเข้าเรียนที่มหาวิทยาลัยก็มาแนะแนวการสอบเข้า พวกนี้สังเกตยากเพราะเครื่องแต่งกายไม่สู้สะดุดตา พวกไปทำธุรกิจส่วนตัวหรือเข้าทำงานในบริษัทเอกชน ดูไม่ค่อยจะเห็นหน้าเพราะเวลามันรัดตัวแม้จะไม่ต้องไปศึกษาหลักสูตรใต้โต๊ะเป็นพิเศษเพิ่มเติม พวกรุ่นเราเรียนรู้เช่นนี้ ก่อนที่เราจะเรียนถึง ม.8 พอพวกเราถึง ม.8 เข้าจริงกลับรู้สึกว่าเรายังเด็กอยู่เลย นุ่งผ้าม่วงแล้วดูเป็นผู้ใหญ่ขึ้นก็หมดไป แต่เครื่องแต่งกายของทหารก็ยังเด่นอยู่ที่จะจูงใจ

นับตั้งแต่ที่เข้ามาเรียน เฉลียวมีร่างใหญ่กว่าพวกเพื่อน ๆ ออกจะท้วมไม่เรียกว่ากำยำล่ำสัน หน้าตาดี เป็นคนเรียบร้อย มีอัธยาศัยดี ยิ้มเสมอ ไม่รังแกผู้มีตัวเล็กกว่า ไม่ซุกซนเป็นหัวโจกแม้หัวจะหงอก เรื่องวิ่งแข่งนั้นไม่เอาเขาว่าเหนื่อยเปล่า เพื่อนเห็นร่างใหญ่ก็ขยั้นขยอให้ฝึกยูโด เฉลียวไม่ตกลงด้วยเขาว่าจั๊กจี้ว่ะ มาจับเนื้อต้องตัวอั๊ว ฝึกชกมวยก็ไม่เอา ว่าเคยลองทีหนึ่งแล้วครูทองแกเล่นเจ็บว่ะ เวลาเข้าห้องยิม ครูดาบสิทธิ์ท่านอ้อนวอนให้ยกข้อเพียงครั้งเดียวที่ห่วงหรือบาร์เดี่ยว ก็ไม่เอาด้วยว่ายกไม่ไหว เรื่องกีฬานั้นเฉลียวพอใจฟุตบอลอย่างเดียว ตัวโตไปหน่อย จะไปเตะลูกเทนนิสในซุ้มประตูโบสถ์วัดเทพฯก็ทนพวกตัวเล็กกว่าไม่ได้ เพราะตัวเกินขนาดเขาพวกตัวเล็กมันไม่เตะลูก เฉลียวจะตอบโต้ก็ไม่ได้ พวกตัวเล็กก็ด่าว่าหัวหงอกรังแกเด็ก เฉลียวเลยเตะแต่ฟุตบอลลูกมาตรฐานในสนาม ตอนเลิกเรียนแล้ว มีการซ้อมฟุตบอลรุ่นต่าง ๆ เพื่อเตรียมแข่งขัน พวกเราเห็นเฉลียวเล่นฟุตบอลอยู่ในสนาม ไม่ว่าจะซ้อมรุ่นเล็ก รุ่นกลางหรือรุ่นใหญ่ ก็ว่าเฉลียวเข้าทีมฟุตบอลรุ่นใหญ่ของโรงเรียน คุณสาย กาญจนมุสิกผู้มีร่างใหญ่ที่สุดในโรงเรียนไม่ว่ารุ่นใดและได้เป็นนักกีฬาดีเด่นของโรงเรียนเทพฯที่ได้คะแนนเป็นพิเศษที่อาสาเป็นผู้วิ่งกำกับเส้นในการแข่งขันฟุตบอลรุ่นกลาง

รุ่นเล็กแต่ผู้เดียวไม่ว่าปีใด(ออกไปแล้วก็ยังอาสาแต่ครูไม่เอา) คุณสายว่าเฉลียวไม่ได้เข้าทีม พวกเราไม่ทราบจะค้นประวัติที่ไหนมายืนยัน ตึกแม้นเก่าที่ติดรูปอะไรต่ออะไรต่าง ๆ ก็เสียหายหมดสิ้น จึงนับเอาว่าเฉลียวเป็นผู้เสียสละซ้อมฟุตบอลให้ทุกรุ่นทุกเวลาที่ต้องการ ที่เทพฯมีทีมเก่ง ๆ ก็เพราะรับการฝึกซ้อมจากเฉลียว นับเป็นประโยชน์ต่อโรงเรียนมาก ที่เกิดสับสนไม่แน่ใจอาจเป็นด้วยว่านามสกุล "หงส์ลดารมภ์" เป็นต้นเหตุ เพราะอาจารย์สุนทรเพิ่งจากโรงเรียนไปต่างประเทศเพียงหลัด ๆ ด.ช.หรือนายสุนทรนั้นเล่นฟุตบอลทีมโรงเรียนในปีเดียวกัน ตั้งแต่รุ่นเล็ก รุ่นกลาง ไปถึงรุ่นใหญ่ เป็นที่ประทับใจไม่มีผู้ใดลืมเล่นเก่งและเด็ดขาดเป็นที่เลื่องลือว่าเตะ(ฟุตบอล)อย่างสะบั้นหั่นแหลก พลาดพลั้งไปบ้างก็ทั้งลูกทั้งคนมิได้เกิดจากจงใจ

ที่พรรณนามานี้เป็นสภาวะแวดล้อมของการศึกษาของพวกรุ่นเฉลียวที่เทพศิรินทร์ (พวกหัวหมอ(ความ)บันทึกมาว่า) มีภาวะจำยอมบ้าง แต่พวกรุ่นนี้ไม่ได้เป็นมลภาวะที่เกิดต่อสถาบันเลย

เฉลียวสอบผ่านชั้นมัธยมบริบูรณ์ของกระทรวงศึกษาธิการจากโรงเรียนเทพศิรินทร์เมื่อปี พ.ศ. 2479 แล้วจึงไปศึกษาต่อวิศวกรรมศาสตร์ สาขาวิชาวิศวกรรมโยธา ได้รับปริญญา วศ.บ. แล้วจึงไปเข้ารับราชการในกรมทางหลวงไปเป็นนายช่างสำรวจทาง ทำทาง ซ่อมทางในหลายท้องที่ที่ทุรกันดารหลายจังหวัด ต่อเมื่อผู้บริหารนึกได้ว่าออกต่างจังหวัดนานพอแล้วจึงได้ย้ายเฉลียวเข้ากรุงฯ นั่นแหละจึงให้โอกาสเฉลียวมีครอบครัวและได้ลูกเมื่ออายุมากแล้ว อย่างไรก็ตามก็พอทันที่จะส่งลูกไปศึกษาชั้นสูงในต่างประเทศสำเร็จกลับมา

เมื่อส่วนมากออกจากราชการด้วยครบเกษียณอายุ พวกรุ่นนี้จึงมีการพบปะรับประทานอาหารกลางวันร่วมกันทุกสองเดือน ทำให้ทราบว่าใครโกงอายุไว้มากเพราะโพล่หน้ามาทีหลัง ทำให้ทราบว่าไปทำมาหากินกันมาอย่างไรบ้าง ไปเป็นนายพลใหญ่ ๆ ในกองทัพบก เรือ อากาศหลายคน เป็นถึงรัฐมนตรีวุฒิสมาชิกก็มี เป็นนายตำรวจใหญ่ก็หลาย ไปเป็นแพทย์ใหญ่ ๆ ที่โรงเรียนแพทย์

โรงพยาบาล และรักษาส่วนตัวก็มาก ไปเป็นนายช่าง ช่าง เป็นนักวิทยาศาสตร์ เป็นศาสตราจารย์เฝ้าสวนสัตว์ที่เขาดินก็มี วิศวกรขุดรูไม่เคยพบแร่ มีอยู่หนึ่ง ไปเป็นจักรกลที่สำคัญ ๆ ในกิจการรถไฟ ท่าเรือ ร.ส.พ. เทศบาล ไปเป็นกัปตันเรือบินเมล์ ไปกระจายเสียงวิทยุออกทีวีแข่งขันกับช่องพลเรือนกับทหาร ก็ทำได้ ไปมวนยาสูบ ไปเป็นทนายความ ผู้พิพากษาศาลสูง ๆ ไปเป็นนายอำเภอ (สิ้นบุญก่อนถึงคราวเป็นผู้ว่า) ไปดูแลการค้าข้าว ไปตั้งโรงรับจำนำให้การประชาสงเคราะห์ ไปบริหารงานป่าไม้ ไปเป็นคนสำคัญ ๆ ของกรมศุลกากร กรมเจ้าท่า กรมสรรพากร กรมสรรพสามิต ไปตั้งร้านขายปืน(ไม่เถื่อน) ไปขายน้ำมัน(ไม่ใช่ที่ปั๊ม) ไปตั้งบริษัทค้าขาย ฯลฯ ดูซอกแซกไปทำมาหากินทั่วหัวระแหงไปหมด ซึ่งไม่น่าเชื่อว่าจะเป็นไปได้ เฉลียวก็มาร่วมวงทุกครั้งก็ว่าได้ คุณสมบุญ ผไทฉันท์ ไปทราบมาว่าเฉลียวไปเรียนพรหมศาสตร์ ฝึกสมาธินัย ว่าเพื่อช่วยการรักษาโรคเบาหวาน นายแพทย์อำนวย ถาวรจิตต์ ทักเฉลียวว่า ปฏิบัติตัวอย่างไรจึงหน้าอมเลือดอมฝาดดี เฉลียวก็ว่าไปเข้าชั้นเต้นแอโรบิคมาทุกวัน ผู้เป็นหมอก็ได้แต่ปรามว่า หัวใจไม่ดีก็ให้เพลาไว้บ้างอย่านึกว่าหนุ่มแน่นเหมือนก่อน ความจริงเฉลียวก็ร่วมวงกันเมื่อไม่นานมานี้ จู่ ๆ ก็ได้ทราบว่าเฉลียวถึงแก่กรรม อย่างที่พระท่านว่าไว้ ชีวิตคนเรานั้นอนิจจัง

เฉลียวได้ประกอบคุณงามความดีไว้มาก พวกร่วมรุ่นเสียดายและเสียใจอย่างยิ่งที่ต้องขาดเพื่อนรักไป พวกเราก็ได้แต่เพียงปลอบใจครอบครัวของเฉลียวให้อย่าอิจฉาเรา อย่านึกว่าเราที่เหลืออยู่นั้นวิเศษกว่าเฉลียว เมื่อถึงเวลามันก็ด้วยกันทุกคนนั่นแหละ

เราอธิษฐานให้วิญญาณของเพื่อน จงไปประสบแต่ความสุขในสัมปรายภพเถิด

จากเพื่อนร่วมรุ่นของเฉลียว ที่เทพศิรินทร์ ปี 2479

โดย สรรพสิริ วิริยศิริ

จากใจ...

การมรณกรรมของคุณเฉลียว หงส์ลดารมภ์ เมื่อวันเสาร์ที่ 7 พฤศจิกายน 2530 เป็นความเศร้าสลดใจ และเป็นการสูญเสียครั้งยิ่งใหญ่ในชีวิตของดิฉันและลูก ๆ เพราะเป็นวันที่คุณเฉลียวได้จากไปอย่างกะทันหันเกินความคาดหมาย เกินกว่าที่จิตใจของดิฉันจะยอมรับรู้การมรณกรรมของคุณเฉลียวครั้งนี้ได้

คุณเฉลียวเป็นผู้ที่มีความกตัญญูตกเวทีต่อบิดา มารดา และผู้มีพระคุณทั้งในด้านการงานและส่วนตัว ปฏิบัติหน้าที่การงานด้วยความขยันขันแข็ง ยึดมั่นในความซื่อสัตย์สุจริต ซึ่งปกติเป็นผู้มีระเบียบและมีวินัย เยือกเย็น สุขุม รักสงบ มีเมตตากรุณา ชอบบำเพ็ญกุศล และยังมีใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเพื่อนร่วม-งาน ญาติมิตรสหาย และผู้ที่ตกทุกข์ได้ยากอยู่เป็นนิจ สรุปแล้ว คุณเฉลียวเป็นสามีที่ดี เป็นผู้นำครอบครัวที่เพียบพร้อมด้วยคุณธรรม เป็นพ่อที่รักและเคารพของลูก ๆ เป็นที่พึ่งของดิฉันและลูก ๆ ตลอดมา ในชีวิตของดิฉันนอกจากบิดามารดา จะหาใครมาประเสริฐเท่าคุณเฉลียวไม่มีอีกแล้ว คุณความดีของคุณเฉลียวจะจารึกอยู่ในจิตใจของดิฉันและลูกตลอดไป

ขอให้ผลานิสงส์แห่งบุญกุศลที่คุณเฉลียวได้บำเพ็ญไว้ และบรรดาท่านที่เคารพ ตลอดจนญาติมิตรที่ได้ร่วมบำเพ็ญกุศลอุทิศแด่คุณเฉลียวมาตั้งแต่ต้นจนถึงการพระราชทานเพลิงศพนี้ และจักได้บำเพ็ญต่อไป ขอจงเป็นปัจจัยส่งผลให้คุณเฉลียวไปสู่สุคติมีความสุขในสัมปรายภพด้วยเถิด และขอคุณเฉลียวอย่าได้ห่วงใยเลย เพราะคุณเฉลียวได้วางหลักฐานทางครอบครัวไว้เรียบร้อยแล้ว และเรา ดิฉันและลูก ๆ ก็จะช่วยกันปฏิบัติไปให้สำเร็จดังที่คุณเฉลียวได้ตั้งใจไว้ทุกประการ

สุวิช หงส์ลดารมภ์

(สุวิช หงส์ลดารมภ์)

สุดรัก...

คุณพ่อเป็นพ่อที่ประเสริฐสุดของลูก ๆ จะหาใครรักและห่วงใยลูก ๆ ได้เท่าคุณพ่อคนนี้คงไม่มีอีกแล้ว ชั่วชีวิตของคุณพ่อทำแต่ความดี โอบอ้อมอารีต่อคนทั่วไป ลูกเชื่อว่า ปวงญาติพี่น้อง ลูกหลานที่ได้ใกล้ชิดกับคุณพ่อต่างก็รู้ดีในเรื่องนี้

ลูกมีบุญเหลือเกินที่ชาตินี้ได้เกิดมาเป็นลูกคุณพ่อ ตั้งแต่เล็กคุณพ่อพร่ำสอนให้ทำแต่ความดี โอบอ้อมอารี อย่าทำให้ใครเดือดร้อนไม่ว่าใจหรือกาย รู้จักช่วยเหลือเกื้อกูล มีขันติอดทน และสิ่งสำคัญคือต้องรู้จักเก็บหอมรอมริบอยู่เสมอ สำหรับด้านการศึกษา คุณพ่อคอยส่งเสริมช่วยเหลือ เป็นกำลังใจให้ลูกตลอดมา คุณพ่อพูดเสมอว่าการศึกษาเป็นสมบัติชิ้นที่มีค่าที่สุดชิ้นเดียวที่คุณพ่อจะให้ได้ คุณพ่อเป็นคนที่รักครอบครัวมาก เมื่อยามที่เราแม่ลูกเจ็บป่วย ไม่สบาย แม้ว่าจะน้อยนิดก็ตามคุณพ่อจะต้องรีบพาเราไปหาหมอ เฝ้าเอาใจใส่ดูแลพวกเราจนกระทั่งหายดี ส่วนตัวคุณพ่อนั้นเป็นอะไรมักจะไม่ปริปากบ่นเลย จะเจ็บแค่ไหนไม่สบายอย่างไรก็มักจะเก็บไว้ ด้วยกลัวว่าคุณแม่และลูก ๆ จะเป็นกังวล ลูกจะไม่มีวันลืมคุณพ่อที่แสนประเสริฐของลูกเลย

ลูกรู้สึกเหงาเมื่อไม่มีคุณพ่อ เราเคยมีกันอยู่ 4 คน บ่อยครั้งที่ลูกถามตัวเองว่าคุณพ่อไปไหน ทำไมอยู่ดี ๆ ก็หายไป คุณพ่อหายไปอยู่ไหน หายไปได้ยังไง รู้แต่ว่าพอลูกกลับก็ไม่เจอคุณพ่อแล้ว ก่อนที่ลูกจะไปเรียนต่อคุณพ่อยังสุขภาพดี แม้หมอเองก็ชมคุณพ่อเสมอว่ารู้จักรักษาตัวได้ดีมาก ลูกไม่เคยคิดเลยว่าวันที่คุณพ่อไปส่งลูกที่สนามบินจะเป็นวันสุดท้ายที่ลูกจะได้เห็นคุณพ่อ หากลูกรู้ ลูกจะไม่มีวันไปไหนไกลพ่อเลย การสูญเสียคุณพ่อของลูกครั้งนี้ทำให้ลูกคิดได้ว่าไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอนเลยในโลกนี้ การเกิด แก่ เจ็บ ตายเป็นเรื่องธรรมดา ไม่มีใครจะหลีกหนีความตายได้ คงมีแต่ความดีเท่านั้นที่จะช่วยให้คนที่ยังอยู่ระลึกถึง

ไม่ว่าวิญญาณของคุณพ่อสุดรักของลูกจะสถิตอยู่หนใด ภพใด ขอจงรับรู้ว่าเราสามคนแม่ลูกยังอาลัยรักและระลึกถึงคุณพ่ออยู่เสมอเหมือนกับขณะที่คุณพ่อยังมีชีวิตอยู่ เราทั้งสามจะพยายามทำแต่ความดีอย่างที่คุณพ่อเคยสอนไว้ สุดท้ายนี้ลูกขอตั้งจิตอธิษฐาน ขออานุภาพคุณพระศรีรัตนตรัย ตลอดจนสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย จงคุ้มครองและดลบันดาลให้ดวงวิญญาณของคุณพ่อไปสู่สุคติด้วย และหากชาติหน้ามีจริง ลูกขอเกิดเป็นลูกของคุณพ่อทุกชาติไป

กราบเท้าคุณพ่อสุดรัก

ลูกหนิง

เช้าวันที่ 7 พฤศจิกายน 2530 คุณแม่และลูกได้พาคุณพ่อเข้าโรงพยาบาล เนื่องจากคุณพ่ออ่อนเพลียมาก คุณพ่อเริ่มแสดงอาการให้พวกเราเห็นเมื่อประมาณสองวันก่อนหน้านั้น จากการวินิจฉัยอย่างคร่าว ๆ ของคุณหมอบางท่านไม่ได้บอกว่าอาการหนักเพียงไร เพียงแต่บอกให้คุณพ่อพักอยู่เฉย ๆ กับบ้าน อย่าให้กระทบกระเทือน ให้ทานอาหารอ่อน และให้ยามาทานที่บ้าน ถ้าอาการไม่ดีขึ้นรุ่งขึ้นก็ให้พามาที่โรงพยาบาล ตอนแรกลูกคิดว่าคงไม่เป็นอะไรมากเพียงแต่เข้าโรงพยาบาลเพื่อจะได้อยู่ใกล้ความดูแลของหมอ

ตามปกติแม้ว่าคุณพ่อมีโรคประจำตัวอยู่ 5 โรค แต่คุณพ่อเป็นคนอดทนและสามารถดูแลตัวเอง ตลอดจนบังคับจิตใจตัวเองได้ดีมาโดยตลอด คุณพ่อเคยเข้าโรงพยาบาล 3 ครั้งด้วยกัน ครั้งแรกด้วยโรคหัวใจ ครั้งที่สองเพื่อตรวจเช็คการตีบตันของเส้นเลือดที่หัวใจ ส่วนครั้งที่สามเพื่อทำการผ่าตัดต่อมลูกหมาก ทั้ง 3 ครั้งนี้คุณแม่และลูก ๆ เป็นห่วงคุณพ่อมาก เนื่องจากคุณพ่อมีโรคประจำตัวที่น่าเป็นห่วงคือโรคเบาหวาน แต่แล้วคุณพ่อก็ปลอดภัยทุกครั้งมา ทั้งนี้ส่วนหนึ่งเพราะได้นายแพทย์ฝีมือเยี่ยม ประกอบกับจิตใจอันเข้มแข็งของคุณพ่อ และอีกส่วนหนึ่งนั้นคงด้วยคุณงามความดีที่คุณพ่อได้สร้างสมมาไว้อย่างมากมายชั่วชีวิตของคุณพ่อนั่นเอง

คงเป็นการยากที่จะให้ลูกกล่าวเป็นคำพูดถึงความรักและความภูมิใจที่ลูกมีให้คุณพ่อ ตลอดช่วงเวลา 19 ปี ที่ลูกได้มีโอกาสเป็นลูกของคุณพ่อ คุณพ่อทำตนเป็นต้นแบบที่ดีให้ลูกเห็น เป็นคุณพ่อที่เพียบพร้อมสมบูรณ์แบบยากจะหาใครเสมอเหมือน คุณพ่อให้ความรัก ความอบอุ่น การศึกษา อบรมสั่งสอนให้ลูกเป็นคนดี แม้วันนี้จะไม่มีคุณพ่อ แต่ลูกจะขอจารึกพ่อพระของลูกไว้ และจดจำแบบอย่างที่คุณพ่อเคยทำเป็นตัวอย่างไว้ในใจของลูกตลอดไป

จารึกไว้ในใจ

ไกวัล

คำอาลัยแด่พี่เฉลียว

เมื่อวันเสาร์ที่ 7 พ.ย. 30 พี่ ๆ น้อง ๆ ได้รับโทรศัพท์จากพี่ต๊ะ (สุวิช หงส์-ลดารมภ์) ว่าพี่เหลียว (เฉลียว หงส์ลดารมภ์) ป่วยอยู่โรงพยาบาลสยาม หลังจากนั้นไม่นานทุกคนต่างก็รีบไปยังโรงพยาบาลด้วยความเป็นห่วง และเพื่อจะได้ให้กำลังใจพี่เหลียว แต่ก็ต้องผิดหวังที่ไม่ได้พบเพราะหมอได้นำเข้าห้อง ไอ.ซี.ยู. เสียแล้ว พวกเราทุกคนต่างก็คอยฟังข่าวด้วยความกระสับกระส่าย และกังวลใจเป็นที่สุด ต้องนั่งรอคอยในห้องพักญาติจนกระทั่งค่ำจึงทราบว่าอาการหนัก และทุกคนต่างก็เป็นทุกข์เพราะพี่เหลียวก็อายุมากแล้ว อีกทั้งยังเป็นโรคหัวใจด้วยเกรงว่าจะต้องพลัดพรากจากกัน แต่แล้วสิ่งที่พวกเรากลัวก็เกิดขึ้นจริง ๆ พี่เหลียวได้จากพวกเราไปโดยที่ไม่มีโอกาสได้พบและพูดคุยกันอย่างเดิมอีก พี่เหลียวเป็นผู้ที่พี่ ๆ น้อง ๆ ทุกคนนับถือเสมือนหนึ่งเป็นพี่ชายแท้ ๆ คนหนึ่ง เพราะพี่เหลียวเป็นคนมีน้ำใจโอบอ้อมอารี ใจเย็น เมื่อใดที่ทราบว่าน้อง ๆ มีความทุกข์ พี่เหลียวจะให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจตลอดเวลา ในโอกาสวันอันเป็นมงคลต่าง ๆ เช่น วันขึ้นปีใหม่ วันสงกรานต์ วันเกิด หรือทำบุญต่าง ๆ พี่เหลียวจะมารวมกับพี่ ๆ น้อง ๆ ที่บ้านคุณแม่เป็นประจำมิได้ขาดเลยแม้แต่ครั้งเดียว นอกจากนี้หากน้องคนใดที่ไม่ค่อยได้พบพี่เหลียวก็มักจะไปเยี่ยมถึงที่บ้านเสมอ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จึงทำให้พวกเราทุกคนให้ความเคารพรักและเกรงใจ บัดนี้พวกเราขาดพี่ผู้มีจิตใจเมตตาและโอบอ้อมอารีไปเสียแล้ว นับเป็นการสูญเสียที่สะเทือนใจแก่พี่ ๆ น้อง ๆ ของเราทุกคนเป็นอย่างมาก พวกเราทุกคนจึงขออธิษฐานให้กุศลผลบุญซึ่งพี่เหลียวได้บำเพ็ญมาแล้วโดยสม่ำเสมอ จงเป็นผลส่งดวงวิญญาณพี่ให้ประสบสันติสุข ณ ภพอันสูงสุดชั่วนิรันดร์.

จากพี่ ๆ และน้อง ๆ

พลอากาศตรี สันต์ ธำ

(สันต์ ธำรงราชนิติ)

8 พ.ย. 2531

คุณค่าของสติ

โดย ท่านอาจารย์ พ.ต.อ.บุญเพ็ญ แขวัฒนะ

คู่มือการปฏิบัติอานาปนสติ

และ

กฎแห่งธรรมชาติ

ขั้นตอนทำความสงบจากลมหายใจ

ขั้นตอนที่ 1 นั่งในท่าที่สบายที่สุด แล้วทำใจให้สงบ โดยระงับความยุ่งยาก ความขัดข้อง ความรัก ความห่วง ความกังวล ความดีใจ ความโกรธ ความเสียใจ ความต้องการ ความสงสัย ฯลฯ ด้วยวิธีการ "ลืมมันเสียชั่วขณะ" หรือถ้าลืมสิ่งต่าง ๆ ไม่ได้ก็ทำเสียใหม่ว่า "เรามีตัวคนเดียวในโลกที่นั่งอยู่ตรงนี้เท่านั้น" แล้วทำใจให้สงบไม่ยุ่งยากอีกต่อไป

ขั้นตอนที่ 2 ใช้สติระลึกรู้ลมหายใจเข้าออกแต่อย่างเดียว ไม่นึกถึงอะไรทั้งสิ้น บริกรรมภาวนาว่า "พุทธ" เมื่อหายใจเข้า "โธ" เมื่อหายใจออก หรือจะใช้คำอื่นตามความพอใจ

ขั้นตอนที่ 3 เมื่อนั่งไปจนรู้สึกว่าจิตใจไม่วุ่นวาย และมีความสงบเกิดขึ้นบ้างเล็กน้อยแล้วใช้สติจับอยู่ที่ปลายจมูก ตรงจุดลมหายใจเข้าและออกกระทบอย่าให้ซัดส่ายไปทางใด

ขั้นตอนที่ 4 เมื่อรู้สึกว่ามีความสงบอันมั่นคงเกิดขึ้นแล้วต้องดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ระวังอย่าให้เผลอสติ กำหนดให้สติจับไว้ตรงปลายจมูกให้มั่นคงยิ่งขึ้น
2. ทำลมหายใจให้ละเอียดยิ่งขึ้นกว่าปกติ
3. ปรับอินทรีย์ให้มีความสม่ำเสมอกัน

ขั้นตอนที่ 5 อินทรีย์ 5 ที่จะต้องทำการปรับให้มีความสม่ำเสมอกัน คือ

1. ***ศรัทธินทรีย์*** คือความเลื่อมใสในการตรัสรู้ หรือความเชื่อในพระธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

2. ***วิริยินทรีย์*** คือ ความเพียรชอบ 4 ประการ ได้แก่ เพียรป้องกันมิให้อกุศลเกิด เพียรละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรทำความสงบต่อไป เพียรรักษาความสงบที่เกิดขึ้นแล้วให้คงอยู่และแก่กล้ายิ่งขึ้น

3. **สตินทรีย์** คือ การระลึกรู้อารมณ์ในการทำกัมมัฏฐานคือ สติจับอยู่ตรงปลายจมูกที่ลมหายใจเข้า ออกกระทบ

4. **สมาธินทรีย์** คือ ความตั้งใจไม่ซัดส่ายไปทางอื่น โดยตั้งใจที่จะทำกัมมัฏฐานให้บรรลุผล แม้จะมีอุปสรรคใด ๆ ก็จะไม่ละหรือเลิก

5. **ปัญญินทรีย์** คือ ปัญญาที่นำมาใช้ในการประกอบกุศลกรรมที่กำลังทำอยู่

ขั้นตอนที่ 6 เมื่อเกิดมีความสงบอันมั่นคง ซึ่งประกอบด้วยองค์ 4 เกิดขึ้นแล้ว ต้องพิจารณาองค์ประกอบแต่ละตัว คือ

1. **วิตกเจตสิก** หมายถึง การยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ หรือการตรึกนึกคิดในอารมณ์

2. **วิจารเจตสิก** หมายถึง การพิจารณาอารมณ์ของกัมมัฏฐาน

3. **ปิติเจตสิก** หมายถึง ความอิ่มเอิบซาบซ่านไปทั่วกาย

4. **สุขเวทนาเจตสิก** หมายถึง ความสุขกายและสุขใจที่ไม่เคยได้รับมาก่อนในชีวิต

5. **เอกัคคตาเจตสิก** หมายถึง การตั้งมั่นไม่ซัดส่ายไปทางใด

ขั้นตอนที่ 7 ทำความชำนาญ 5 ประการให้เกิดขึ้นคือ

1. ทำความชำนาญในการเข้าสมาธิ
2. ทำความชำนาญในการดำรงอยู่ในสมาธิตามระยะเวลาที่กำหนด
3. ทำความชำนาญในการพิจารณาองค์ฌานทั้ง 5
4. ทำความชำนาญในการออกจากสมาธิ
5. ทำความชำนาญในการกำหนดฌานให้เกิดขึ้น

ไม่มีการสอน-ถ้าต้องการก็ทำเอาเอง

รูปกัมมัฏฐาน

ผู้ทำ “อานาปานสติสมาธิ” ถึงปัญจฌานเต็มที่แล้วจะทำกสิณ 10 โดยปฏิบัติดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เข้าดำรงอยู่ใน "อานาปานสติสมาธิ" ขั้นสูงสุดแล้วละอารมณ์อานาปานสติทิ้งเสีย

ขั้นตอนที่ 2 กำหนดอารมณ์ของกสิณที่ต้องการทำให้เกิดขึ้นพร้อมด้วยบริกรรมภาวนา

ขั้นตอนที่ 3 ใช้สติกำหนดหรือเพ่งอยู่ที่ "บริกรรมนิมิต" อย่าไปไหน

ขั้นตอนที่ 4 ปรับอินทรีย์ 5 ให้มีความสม่ำเสมอกัน

ขั้นตอนที่ 5 ละองค์ฌานตัวที่ไม่ต้องการแต่ละขั้นตอนตามความสูงของสมาธิที่ต้องการ

ขั้นตอนที่ 6 เมื่อทำถึงขั้นปัญจฌาน แล้วละบริกรรมภาวนาเสีย คงได้แต่อารมณ์ของกสิณที่ทำ

ขั้นตอนที่ 7 ฝึกทำความชำนาญ คือ วสี ต่อไปจนมีความแก่กล้า

อรูปกัมมัฏฐาน

1. อากาสานัญจายตนฌาน

1.1 ทำความสงบประเภทกสิณถึง "ปัญจมฌาน"

1.2 ใช้สติเพ่งอยู่ที่นิมิต ปล่อยอารมณ์ของกสิณ กำหนดอารมณ์ใหม่ "อากาศบัญญัติ"

1.3 บริกรรมภาวนา "อากาโส อนน โต" (อากาศไม่มีที่สิ้นสุด ๆ)

2. วิญญาณัญจายตนฌาน

2.1 ทำความสงบในขั้น "อากาสานัญจายตนฌาน"

2.2 ปล่อยอารมณ์ของ "อากาสานัญจายตนฌาน"

2.3 บริกรรมภาวนาว่า "วิญญาณอนนฺต" (ตัวนี้รู้ว่าอากาศไม่มีที่สิ้นสุดนั้นมาเป็นอารมณ์)

3. อากิญจัญญายตนฌาน

3.1 ทำความสงบในขั้น "วิญญาณัญจายตนฌาน"

3.2 ปล่อยอารมณ์ของ "วิญญาณัญจายตนฌาน"

3.3 บริกรรมภาวนาว่า "นตฺถิ กิญฺจิ" (นิดหนึ่งก็ไม่มี หน่อยหนึ่งก็ไม่มี)

4. เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน

4.1 ทำความสงบในขั้น "อากิญจัญญายตนฌาน"

4.2 ปล่อยอารมณ์ของ "อากิญจัญญายตนฌาน"

4.3 บริกรรมภาวนาว่า "เอตํสนฺตํ เอตํปณีตํ (สงบหนอ ประณีตหนอ)

กฎแห่งธรรมชาติ
เรื่อง คุณค่าของสติ

ความหมายของสติ คือ การระลึกรู้อารมณ์ สตินั้นเป็นโสภณเจตสิกตัวหนึ่งมีความสำคัญยิ่ง เมื่อกล่าวถึงสติคนทั่วไปอาจจะรู้จัก แต่ความหมายที่ถูกต้องของสติและรายละเอียดนั้นเชื่อว่าจะรู้กันได้ยาก เพราะสตินั้นมีความหมายที่กว้างขวางลึกซึ้ง และมีประโยชน์มาก ก่อนอื่นควรจะได้รู้ความสำคัญของสติว่า สติ หมายถึงการระลึกรู้อารมณ์ และเป็นสิ่งยับยั้งมิให้จิตตกไปในฝ่ายอกุศล เพราะสติดังกล่าวนี้ เพียงผิวเผินก็พอจะรู้ได้ว่า สตินั้นมีความสำคัญอย่างไร

ประการแรก ควรจะได้รู้ลักษณะหน้าที่และผลของสติเสียก่อนว่า มีประการใดบ้าง ลักษณะของสตินั้นหมายถึงการที่เรามีความระลึกรู้ในอารมณ์เนือง ๆ เมื่อเราระลึกถึงอารมณ์เนือง ๆ เช่นนี้แล้วผลก็คือความเป็นผู้ที่ไม่อยู่ในความประมาทนั่นเอง ซึ่งนับว่าเป็นเรื่องที่สำคัญมาก องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ทรงมีความห่วงใยในการที่จะให้มีสติระลึกรู้ในอารมณ์เนือง ๆ นี้คือ เป็นผู้ที่ไม่อยู่ในความประมาทนี้ แม้ในพระโอวาทก่อนที่จะเสด็จเข้าสู่ปรินิพพานก็ได้ทรงเตือนสาวกทั้งหลายว่า “อย่าอยู่ในความประมาท” ผู้ที่อยู่ในความประมาทแล้วก็เท่ากับอยู่ในความตายนั่นเอง เหตุใดองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงห่วงใยในสาวกทั้งหลายหนักหนาในเรื่องที่ตกอยู่ในความประมาทนี้ ถ้าเราจะสรุปโอวาทปาฏิโมกข์แล้ว จะเห็นได้ว่า โอวาทปาฏิโมกข์ทั้ง 3 ข้อนั้น ต้องมีสติเข้าไปเกี่ยวข้องด้วยทั้ง 3 ข้อ ข้อแรกที่พระองค์ตรัสไม่ให้สร้างความชั่ว หรือกรรมชั่ว เหตุที่ผู้สร้างความชั่ว หรือกรรมชั่วนั้นก็เพราะขาดสติ ตกอยู่ในความประมาท จึงได้ล่วงอกุศลกรรม บท 10 ขึ้นได้ ดังนั้น ปัจฉิมโอวาทที่ทรงเตือนไว้หนักหนาในปัญหาเรื่องสตินี้ว่า อย่าอยู่ในความประมาท ซึ่งเป็นลักษณะของสติ

ประการที่สอง เรื่องหน้าที่ของสติ คือ มีการไม่หลงลืมเป็นหน้าที่จะเห็นได้ว่า คนที่หลง ๆ ลืม ๆ นี้โบราณเรียกว่าขาดสติ ถ้าขาดมาก ๆ ก็กลายเป็นคนเสียสติ ก็คือ คนบ้านั่นเอง เหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น เราควรจะได้ระลึกรู้เสียก่อน

ว่าสตินั้นเป็นโสภณเจตสิก เป็นฝ่ายข้างดีงาม ถ้าเรายึดสติไว้แล้วความชั่วร้ายเลวทรามอะไรต่าง ๆ จะไม่เกิดขึ้น เมื่อมันไม่เกิดขึ้นเช่นนี้แล้ว การล่วงอกุศลกรรมบท 10 ก็เป็นไปไม่ได้ นอกจากลักษณะและหน้าที่ของสติแล้ว เราก็ควรจะได้รู้ว่าผลของสติเป็นอย่างไร

ประการที่สาม ผลของสติก็มีการจำได้อย่างแม่นยำ ผู้ใดที่ต้องการจะจดจำดี ก็ควรหมั่นสร้างสติให้เกิดขึ้น นอกจากนี้ ยังมีเหตุใกล้ของสติที่จะทำให้สติเกิดขึ้น คือ ความจำ ผลของสติ คือ การรักษาอารมณ์ให้คงที่อยู่เสมอ ถ้าอารมณ์เป็นกุศลมันก็จะรักษาอารมณ์ให้คงที่อยู่เสมอ ถ้าอารมณ์เป็นกุศลมันก็จะรักษาอยู่ เหตุใกล้ชิดก็คือ การจำอย่างแม่นยำนั่นเอง ตามที่กล่าวมานี้ถ้าจะสรุปเรื่องสติแล้ว ก็จะเห็นได้ว่าสติเป็นเครื่องชักนำใจให้ยึดถืออยู่ในฝ่ายกุศลเป็นอุดมคติ เหตุใดจึงเรียกว่า ยึดฝ่ายกุศลเป็นอุดมคติ อย่าลืมว่า เราต้องทำความเข้าใจกันเสียก่อนว่า จิตของเรานั้นมีพี่เลี้ยงอยู่ตัวหนึ่ง เรียกว่า เจตสิก เจตสิกมีอยู่ถึง 52 ดวง เจตสิกที่เป็นตัวกลาง ๆ ก็ดี เจตสิกที่เป็นฝ่ายชั่วก็มี เจตสิกที่เป็นฝ่ายดีก็มี โดยเฉพาะอย่างยิ่งสติเป็นโสภณเจตสิก คือ เป็นเจตสิกฝ่ายดี เมื่อมันเข้ามาเป็นพี่เลี้ยงจิตใจแล้ว ก็จะทำให้จิตใจนั้นมีความดีเกิดขึ้นคือ ใฝ่ในกุศลกรรมนั่นเอง

อีกประการหนึ่ง ขอให้ระลึกถึงความจริงว่าความมืดกับความสว่างนั้นมันจะอยู่ในขณะเดียวกันไม่ได้ เช่นเดียวกันกับสติเหมือนกัน สตินั้นเป็นธรรมฝ่ายขาว คือเป็นโสภณ เจตสิก ส่วนโลภะ โทสะ โมหะ เป็นฝ่ายอกุศล จิตเป็นธรรมฝ่ายดำหรือความมืด เมื่อเรามีสติอยู่แล้ว นั่นก็คือ ความสว่าง ความมืดย่อมจะเข้ามากล้ำกรายในชีวิตของเราไม่ได้ นอกจากนั้นแล้ว สติยังเป็นตัวชักนำให้จิตของเราอยู่ในที่ใดที่หนึ่งได้ ทั้งนี้เพราะสตินั้นเป็นพี่เลี้ยงของจิต ถ้าเราเอาสติไปตั้งไว้ที่ไหนแล้ว จิตใจของเราก็จะไปพัวพันอยู่กับสติด้วย ผู้ที่ได้ทำสมาธิในชั้นสูงมาแล้ว เคยสังเกตหรือไม่ว่า ถ้าเราไม่มีสติแล้วจะทำให้เกิดสมาธิได้หรือไม่ ทำไม่ได้เลยเว้นแต่มิจฉาสมาธิ เพราะเขาเอาเจตสิกตัวอื่นเข้ามาแทน

แต่สัมมาสมาธิ หรือสมถกัมมัฏฐาน 40 วิธีนั้น จำเป็นอย่างยิ่งจะต้องนำเอาสติมาใช้ในการเจริญสมาธิให้เกิดขึ้น นอกจากนี้ผู้ใดที่ไม่มีสติจะทำสมาธิให้เกิดขึ้นไม่ได้ เมื่อทำให้สมาธิเกิดขึ้นไม่ได้แล้วบาทฐานของปัญญาซึ่งต้องใช้สมาธิก็ไม่มี เมื่อบาทฐานของปัญญาไม่ได้สร้างขึ้น เพราะมันสร้างไม่ได้แล้วปัญญาก็ไม่เกิด ดังนั้นจงพิจารณาถึงความสำคัญของสติให้ดีว่า

ประการที่หนึ่ง สตินั้นใช้ในการทำสมถกัมมัฏฐานทั้ง 40 วิธี ไม่ว่าจะเป็นกสิณ 10 อนุสติ 10 หรืออสุภ 10 และเบ็ดเตล็ดอื่น ๆ อีก 10 ก็ดี จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำเอาสติมาใช้ในการสร้างความสงบให้เกิดขึ้น ถ้าเราไม่มีสติแล้วเราก็ไม่สามารถสร้างความสงบให้เกิดขึ้นตามเป้าหมายของการทำสมาธิได้เลย

ประการที่สอง ในการเรียนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ก็สติอีกนั่นแหละที่เป็นตัวการสำคัญจำเป็นจะต้องนำมาใช้เป็นเครื่องระลึกรู้ ทางกายก็ดี ทางเวทนา ทางจิต หรือทางธรรมก็ดี ซึ่งเรียกว่า สติปัฏฐาน 4 เราก็ต้องใช้สติอีกเช่นกัน ถ้าไม่มีสติแล้ว ก็ไม่สามารถที่จะเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานหรือสมถกัมมัฏฐานได้แต่ประการใดเลย

ประการที่สาม นอกจากนี้แล้ว คุณประโยชน์ของสติก็คือ ห้ามมิให้เราสร้างกรรมชั่ว ได้กล่าวไว้แล้วว่า สตินั้นเป็นโสภณเจตสิก คือ เป็นธรรมฝ่ายขาว และความชั่วทั้งหลายเป็นอกุศลเป็นธรรมฝ่ายดำ ความมืดกับความสว่างมันจะมาปะปนกันไม่ได้ ตราบใดที่เรายังมีสติระลึกรู้อยู่ความบาปกรรมหรืออกุศลทั้งหลายก็จะเข้ามากล้ำกรายไม่ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งอกุศลกรรมบถ 10 อันได้แก่ กายกรรม 3 วจีกรรม 4 มโนกรรม 3 ซึ่งเป็นกรรมที่จะนำไปสู่ทุคติภูมิ คือ นรก เปรต อสุรกาย หรือเดรัจฉาน มันจะเป็นตัวนำทางคืออกุศล-กรรม ตราบใดที่เรายังมีสติประจำอยู่ในตัวของเราแล้ว เราก็ไม่สามารถที่จะล่วงอกุศลกรรมบถ 10 ไปได้ ทั้งนี้เพราะเหตุว่า สตินั้นมันเป็นตัวห้ามมิให้เราทำกรรมชั่วเช่นนั้นให้เกิดขึ้น ถ้าจะทำกรรมมันก็จะมาบังคับให้ทำกรรมดีมิใช่กรรมชั่ว

ประการที่สี่ ความสำคัญของสติ คือ ป้องกันมิให้มีการก่อเวรเกิดขึ้น เช่น ผู้ที่เคยได้รับวิบากกรรมมาแล้วหลายอย่าง ทั้งวิบากอันเป็นผลดี และวิบากอันเป็นผลร้าย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความยุ่งยากเดือดร้อนนานาประการ ที่เราได้ประสบมาในชีวิตเป็นวิบากที่ทนไม่ได้ ซึ่งเรียกว่าไม่มีความสุขกาย สุขใจอะไร คือ มีแต่ทุกขเวทนา คือ ความไม่สบายกายหรือโทมนัสเวทนา คือ ความไม่สบายใจ สิ่งเหล่านี้เป็นผลของกุศลวิบากกรรมที่ตามทัน ซึ่งเราได้สร้างไว้ในอดีต ถ้าผู้ใดได้เคยอ่านเรื่อง เมื่อกรรมตามทันแต่ละรายแล้วจะเห็นได้ว่า เวรกรรมทั้งหลายที่ตามมาทันนั้น เป็นผลมาจากขาดสติทั้งสิ้น เหตุนี้ถ้าเราเป็นผู้มีสติระลึกรู้อยู่แล้ว เมื่อวิบากกรรมเกิดขึ้น เราก็มีความระลึกรู้ว่า มันเป็นเพียงความจริงที่ปรากฏขึ้นเท่านั้น คำว่าวิบากกรรมนี้หมายถึง ทั้งความดีและความชั่ว แต่ผู้ที่มีสติจะสามารถป้องกันความชั่ว อันเกิดจากอกุศลวิบากขึ้นได้ เพราะอกุศลวิบากนั้น ปกติจะต้องปรากฏขึ้นทางตา หมายถึงว่า เราได้เห็นรูปที่ไม่ดีไม่น่าพอใจที่ทำความเคร่งเครียดให้กับจิตใจ ทำให้เกิดความเจ็บช้ำน้ำใจ เหล่านี้เป็นวิบากที่เกิดขึ้นทางตา นอกจากวิบากที่เกิดขึ้นทางตาแล้ว ยังมีวิบากที่เกิดขึ้นทางหู หมายถึงเสียงต่าง ๆ ที่ได้ยิน ถ้าเราได้ยินเสียงที่ไพเราะก็เกิดความพอใจนั่นหมายความว่า สุขเวทนาได้เกิดขึ้น แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าเราได้ยินเสียงที่ไม่พอใจ เสียงนินทาว่าร้าย หรือด่าทอเราแล้ว ถ้าหากเราไม่มีสติดี เราก็จะเกิดความพลุ่งพล่านในจิตใจขึ้น เกิดความทุกข์โทมนัส ทุกขเวทนาเกิดขึ้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ นั่นคือ วิบากที่จะเกิดขึ้นทางหู ในทำนองเดียวกัน นอกจากวิบากที่จะเกิดขึ้นทางตา ทางหูแล้ว อาจเกิดขึ้นทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจได้ โดยทางจมูกนั้นเราจะได้รับกลิ่นดีหรือไม่ดี ซึ่งจะทำให้เราเกิดอารมณ์พอใจหรือไม่พอใจเกิดขึ้น นี่เรียกว่า วิบากที่เกิดขึ้นทางจมูก ในทำนองเดียวกันวิบากที่เกิดขึ้นทางลิ้นคือรสต่าง ๆ ที่เราได้ลิ้มไป ถ้าเราได้ลิ้มรสที่พอใจ เราก็มีสุขเวทนา หรือโสมนัสเวทนาเกิดขึ้น เป็นความพอใจของเรา ถ้าเราได้รับรสที่ไม่พอใจแล้ว ก็มีความทุกขเวทนาเกิดขึ้น นั่นคือความไม่พอใจ นอกจากวิบาก-

กรรมที่เกิดขึ้นทางตา หู จมูก ลิ้น ก็ยังมีอีกทางหนึ่ง คือ ทางกาย ทางกายนั้น เราอาจจะได้รับสัมผัสดีบ้าง ชั่วบ้าง หมายถึงการเย็น การร้อน การอ่อน การแข็ง เคร่ง ตึง ไหว เหล่านี้เป็นต้น ซึ่งหมายถึง วิบากกรรม คือความสุข หรือความทุกข์ที่เราได้ทางกาย ประการสุดท้าย วิบากนั้นยังเกิดขึ้นได้จากทางใจ นั่นคือ การคิดนึกในอารมณ์ต่าง ๆ ซึ่งวิบากเหล่านี้ ถ้าเราขาดสติระลึกรู้เสียแล้ว เราก็อาจก่อกรรมต่อเนื่องกันไปไม่สิ้นสุด เราจะเห็นได้จากคนบางคนที่รู้เท่าไม่ถึงการ ที่ได้ทำวิบากให้กลายเป็นกรรมต่อเนื่องเสียแล้ว คนเหล่านั้นก็จะได้รับผลเป็นทุกขเวทนาต่าง ๆ ทั้งนี้ เพราะเราขาดสติระลึกรู้นั่นเอง ฉะนั้น ถ้าเรามีปัญญาเราก็ควรเป็นผู้มีสติระลึกรู้เอาไว้ เมื่อเราได้รับวิบากกรรมต่าง ๆ เราก็มีสติระลึกรู้ไม่ได้ตอบกรรมนั้น ไม่สร้างกรรมนั้นต่อ จึงจะได้ชื่อว่า เป็นผู้ชนะแล้วในผลวิบากนั้น

ประการที่ห้า ความสำคัญของสติ คือ การเตรียมตัวก่อนตาย จำเป็นอย่างยิ่งที่เราจะต้องมีสติเป็นเครื่องระลึกรู้ เหตุใดจึงกล่าวว่า การเตรียมตัวก่อนตายจำเป็นต้องใช้สติ ก็เพราะว่า ก่อนที่จะตายนั้นจะต้องเกิดจุติจิตนี้ก่อนจึงจะตาย เมื่อจุติจิตเกิดขึ้นนั้น จะต้องมีกรรมอารมณ์ 1 กรรมนิมิตอารมณ์ 1 คตินิมิตอารมณ์ 1 อารมณ์ทั้งสามนี้ ถ้าเราขาดสติระลึกรู้แล้ว เราก็ไม่แน่ว่าจะตกไปอยู่ในทุคติภูมิชั้นไหน เพราะเหตุใด เพราะว่า การขาดสติระลึกรู้นั้น โมหะเจตสิก ก็จะเข้ามาแทรกแซง ถ้าไม่มีโมหะเจตสิกเข้ามา โลภะเจตสิก ก็เข้ามาหรือไม่ก็เป็นโทสะเจตสิก สิ่งเหล่านี้อย่าประมาทว่าจะนำเราไปลงนรกไม่ได้ ได้เคยกล่าวมาแล้วว่า แม้แต่คนจะตาย กำลังจะตาย ก็ยังสามารถทำกรรมดีหรือกรรมชั่วได้ สิ่งนั้นเรียกว่า มโนกรรม เราจะเห็นได้ว่าคนบางคนทำบุญมาตลอดชีวิต เมื่อจวนจะตาย ขาดสติแว๊บเดียวเท่านั้น ได้สร้างอกุศลกรรมเกิดขึ้นทางมโนกรรม ทั้งนี้เพราะเหตุใด เพราะปฏิสนธิจิตนั้นขึ้นอยู่กับจุติจิต เมื่อจุติจิตเกิดขึ้น ปฏิสนธิจิตจะเกิดขึ้น ดังนั้นการที่เราจะดับจิตไปก่อนตายนั้น เราดับไปในแง่ของอกุศลหรือกุศล ถ้าเราไปในด้านของอกุศลก็ไม่พ้นจากทุคติภูมิ เรื่องเหล่านี้ ถ้าคนที่

ช่างสังเกต จะเห็นคนที่เข้าขั้นโคม่าเขาจะนิมนต์พระมาสวดมนต์ให้ฟังบ้าง มาเทศน์ให้ฟังบ้าง เรานึกหรือว่าพระที่มาเทศน์ก็ดี สวดมนต์ก็ดี หรือคนที่บอกหนทางว่า พระอรหัง ๆ นั้น จะช่วยผู้ตายให้พ้นจากทุคติภูมิไปได้ ถ้าเขาขาดสติท่านนึกหรือว่า จะเป็นได้เช่นนั้น ถ้าเราจะพิจารณาถึงจุติจิตที่จะเกิดขึ้น คนที่เข้าขั้นโคม่านั้น ทางตาก็ดับใช้การไม่ได้ ซึ่งเรียกว่าจักษุวิญญาณนั้นดับไปแล้ว ทางหูก็ไม่ได้ยิน เพราะโสตวิญญาณดับไปด้วย ทางจมูกก็ไม่ได้กลิ่น เพราะฆานวิญญาณนั้นดับ ทางลิ้นก็ไม่รู้รส เพราะชิวหาวิญญาณดับ ร่างกายก็ปราศจากความรู้สึก เพราะกายวิญญาณดับ คงเหลือแต่มโนวิญญาณตัวเดียวเท่านั้น เมื่อมโนวิญญาณยังไม่ดับและไม่มีอะไรเป็นพี่เลี้ยง อกุศลเจตสิกจะเข้ามาเป็นพี่เลี้ยงแทน ได้กล่าวไว้แล้วว่า สติเป็นธรรมฝ่ายขาว ถ้าเราขาดสติแล้วธรรมฝ่ายดำก็จะเข้ามาแทรกแซง อะไรเล่าที่จะเกิดขึ้น สิ่งที่จะเกิดขึ้นประการแรกเรียกว่า กรรมอารมณ์ ซึ่งหมายถึง ความคิดนึกในฝ่ายดีก็ได้ฝ่ายชั่วก็ได้ ซึ่งตนได้เคยทำมาแล้วในอดีตในชีวิตของตน สตินั้นเป็นโสภณเจตสิก ดังนั้น ถ้ามันจะคิดนึกมันก็จะคิดนึกไปในทางดี ไม่ใช่ทางเลว แต่ถ้าเราขาดสติเสียแล้วมันก็ไม่มีอะไรที่จะนึกดี นอกจากอกุศลเจตสิกที่ตนได้ประกอบไว้เมื่อเรายังมีชีวิตอยู่ตลอดชีวิต มันจะนึกได้เช่นนี้ ถ้าเราไม่มีสติที่จะนึกคิดในทางที่ดีแล้ว มันก็จะสร้างชนกกรรม คือตัวจุติวิญญาณให้เกิดขึ้นเป็นฝ่ายอกุศลแล้วเราจะหนีได้หรือว่าเราจะไม่ตกนรก จะไม่ไปเป็นเปรต อสูรกาย หรือเดรัจฉานเราก็หนีไม่พ้น เพราะเหตุใด เพราะอาจินตกรรมที่เราทำมาโดยตลอดนั้น มันจะปรากฏขึ้น ดังนั้นคนโบราณเขาจึงได้บอกหนทางคนที่จวนจะตายบ้าง อื่น ๆ บ้าง แต่ถ้าเขาได้ศึกษาจิตและเจตสิกแล้ว จะรู้ว่ามันไม่เกิดประโยชน์เพราะว่าถ้าผู้นั้นไม่ได้หัดฝึกสติไว้ตั้งแต่ต้นแล้ว ก็เป็นการยากยิ่งที่จะหนีทุคติภูมิไปได้ นอกจากกรรมอารมณ์แล้ว ตัวที่สองคือ กรรมนิมิตอารมณ์ก็เกิดขึ้น ซึ่งหมายถึง ความคิดนึกของคนในขั้นโคม่า จวนจะดับจิตนั้นนึกอย่างไร เขาจะนึกถึงเครื่องมือเครื่องใช้ในการทำบาปกรรมหรือในการสร้างบุญกุศล อาจเป็นการสร้างโบสถ์ สร้าง

วิหารไปหรือยิงนกตกปลาอะไรก็ได้ ถ้าไปนึกถึงฝ่ายชั่วก็ย่อมไปตามผลชั่ว ถ้านึกถึงฝ่ายดีก็รับไปทางผลดี เช่นนี้ สติตัวเดียวเท่านั้นที่จะชักจูงให้กรรมฝ่ายดีเกิดขึ้น เพราะว่าถ้าผู้ขาดสติเสียแล้ว กรรมฝ่ายดีจะเกิดขึ้นได้อย่างไร ถ้าใช้สติพิจารณาดูจะเห็นได้ว่า สตินั้นเป็นเครื่องป้องกันหรือเป็นหลักประกันก่อนตายที่จะไม่ให้เราต้องไปสู่ทุคติภูมิตัวที่สามคือคตินิมิตรอารมณ์หมายถึงความแลเห็นความนึกเห็นไปได้ คตินิมิตอารมณ์เป็นการแลเห็นสำหรับคนที่จะตายอยู่ในขั้นโคม่า ถ้าเราจะไปสู่ทุคติ เราก็อาจจะแลเห็นไฟนรกหรือสิ่งที่จะใช้สำหรับลงโทษทุกข์ทรมานต่าง ๆ ปรากฏขึ้น ถ้าเราจะไปสุคติภูมิ เราก็อาจจะแลเห็นเป็นวิมาน หรือเครื่องมือเครื่องใช้ต่าง ๆ ที่เราได้ประกอบกุศลเหล่านี้ ซึ่งมันจะเกิดขึ้นในคตินิมิตอารมณ์เช่นนั้น เราจึงควรจะได้คิดดูว่า สตินั้นเป็นโสภณเจตสิก การควบคุมจิตของเรา กรรมอารมณ์ กรรมนิมิตอารมณ์ก็ดี เหล่านี้เป็นเครื่องชี้ทางให้เห็นว่า เราจะตกนรกหรือขึ้นสวรรค์ ซึ่งจะเห็นได้เมื่อเราจะตายทั้งสิ้น แต่ไม่มีใครช่วยเราได้ เพราะเหตุใด เพราะว่าตอนนั้นเราจะไปดีหรือชั่วก็อยู่ที่จุติจิตดวงสุดท้ายนั่นเอง ด้วยเหตุนี้ ถ้าเรามีสติระลึกรู้ก็เป็นการเตรียมให้เรารู้อยู่เสมอว่าอะไรเป็นอะไร อย่างน้อยสตินั้นจะสร้างปัญญาให้เกิดขึ้น ปัญญาในที่นี้หมายถึงกัมมัสสกตาปัญญา เราจำเป็นจะต้องรู้ทุกคนว่ามันมีอย่างไร กัมมัสสกตาปัญญานี้หมายถึงปัญญาที่รู้เห็นว่า สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นสมบัติของตน ถ้าเราคำนึงถึงพุทธพจน์ที่ว่า อตฺตาหิ อตฺตาโนนาโถ “ตนนั่นแหละเป็นที่พึ่งแห่งตน” เช่นนี้แล้ว เราจะเห็นได้ว่าไม่มีผู้ใดเลยที่จะมาปัดเป่ากรรมที่เราได้สร้างไว้ให้พ้นไปได้ เว้นแต่ตัวเราเองจะเป็นผู้มีสติระลึกรู้เท่านั้น พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า เมื่อทำเหตุดีแล้ว ผลดีย่อมปรากฏขึ้นเหตุจะดีได้ก็ด้วยการมีสติระลึกรู้ ฉะนั้น อย่างเลวเราก็ควรจะมีกัมมัสสกตาปัญญาเกิดขึ้น กัมมัสกตาปัญญานั้น หมายความว่าอะไรหมายถึงปัญญาในเรื่อง10 ประการ คือ

ตัวที่ 1 อตฺถิทินฺนํ ปัญญารู้เห็นว่าทานที่บุคคลให้แล้วย่อมมีผล หมาย-ความว่า ผลทานนั้นมีจริง ๆ ที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรับรองเอาไว้เช่นนั้น ฉะนั้น เราจะสังเกตได้ว่าคนบางคนเกิดมาทำไม บางคนก็จน บางคน

ก็รวย เพราะอะไร เพราะว่าเขาทำทานไม่สม่ำเสมอกัน บางคนก็ทำมาก บางคนก็ทำน้อย

ตัวที่ 2 อตฺถิยิฏฺฐํ ปัญญารู้เห็นว่า การบูชาย่อมมีผล

ตัวที่ 3 อตฺถิทุตํ ปัญญารู้เห็นว่า การบวงสรวงเทวดานั้นมีผล

ตัวที่ 4 อตฺถิกมฺมานํผลวิปาโก ปัญญารู้เห็นว่า ผลแห่งวิบากกรรมดีและกรรมชั่วย่อมมีอยู่ หมายถึงว่า ใครทำกรรมอย่างไรก็ได้รับผลอย่างนั้น

ตัวที่ 5 อตฺถิ อยํ โลโก ปัญญารู้เห็นว่า โลกนี้มีอยู่ หมายความว่า ผู้ที่จะเกิดมาในโลกนี้มี

ตัวที่ 6 อตฺถิ ปโร โลโก ปัญญารู้เห็นว่า โลกหน้ามีอยู่ หมายความว่า ผู้ที่จะไปเกิดนั้นมี พูดง่าย ๆ ว่า นรกมีจริง สวรรค์มีจริงนั่นเอง ขณะนี้เราอยู่ในชาตินี้แล้ว เราอาจจะตกนรกก็ได้ ขึ้นสวรรค์ก็ได้

ตัวที่ 7 อตฺถิ มาตา ปัญญารู้เห็นว่ามารดามีอยู่

ตัวที่ 8 อตฺถิ ปิตา ปัญญารู้เห็นว่า บิดามีอยู่ หมายถึงว่า ทำกรรมดีก็ดี ทำกรรมชั่วก็ดี อันสัมพันธ์กับบิดามารดาย่อมให้ผล ถ้าถึงกับฆ่าบิดามารดาแล้วก็จะเข้าไปอยู่ใน**ครุกรรม 5** ซึ่งได้แก่

การฆ่าบิดา 1

การฆ่ามารดา 1

การฆ่าพระอรหันต์ 1

การทำให้พระพุทธเจ้าให้ห้อพระโลหิต 1

การทำสงฆ์ให้แตกแยก 1

นี่เป็นครุกรรมอันหนัก ผู้ที่ทำกรรมเช่นนั้น ย่อมจะต้องไปอยู่ในอเวจีมหานรก

ตัวที่ 9 อตฺถิ สตฺตโอปปาติกา ปัญญารู้เห็นว่า โอปปาติกสัตว์ทั้งหลายมีอยู่ในโลก เปรต อสูรกายก็ดี เทวดา พรหมก็ดี เป็นของที่มีอยู่จริง ๆ ไม่ใช่เรื่องพูดกันเล่น ๆ

ตัวที่ 10 อตฺถิ โลเก สมณฺพราหมณา สมฺมา ปฏิปนฺนา ปัญญารู้เห็นว่า สมณพราหมณ์ ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ประกอบด้วยความรู้ยิ่งเห็นจริง ประจักษ์โลกนี้และโลกหน้ามีอยู่ในโลกนี้

นี่เรื่องของสติเป็นคุณค่าของสติ เมื่อเราได้รู้ถึงคุณค่าของสติดังกล่าวข้างต้น ปัญหาต่อไปว่าถ้าเช่นนั้นเราจะได้สติได้จากไหน สติก็อยู่ในเจตสิกนั่นเอง ผู้เกิดมาเป็นคนหรือเทวดามีขันธ์ 5 อยู่ครบ คือ 1. รูปขันธ์ 2. สัญญาขันธ์ 3. เวทนาขันธ์ 4. สังขารขันธ์ 5. วิญญาณขันธ์ คำว่าสติ ในที่นี้หมายถึงสังขารขันธ์ ซึ่งในเจตสิก 52 ดวงนั้น หักเอาเวทนาขันธ์และสัญญาขันธ์ออกเสียตัวหนึ่ง เหลืออีก 50 ตัวนั้น เรียกว่าสังขารขันธ์ สตินั้นเป็นตัวหนึ่งในประเภทสังขารขันธ์ ประเภทโสภณเจตสิก จากข้อเท็จจริงดังกล่าวก็พิสูจน์ได้ว่า คนทุกคนต่างก็มีสติติดตัวกันมากด้วยกันทั้งนั้น แต่เราไม่ได้ทำให้มันตื่นดีขึ้น ทั้งนี้เพราะเหตุไร เพราะในชีวิตของคนเราส่วนใหญ่นั้นต่างก็มัวเพลิดเพลินอยู่ในความสุขบ้าง ความสวยบ้าง ความงามบ้าง ซึ่งเรียกว่าโลภะมูลจิต เราก็เต็มไปด้วยความโกรธ ความแค้น ความอาฆาต ความพยาบาท ซึ่งเรียกว่าโทสะมูลจิต บางคนก็เอ้อระเหย ใครว่าอย่างไรก็ไปอย่างนั้นไม่รู้ธรรม ไม่เห็นธรรมว่า ความเป็นจริงของธรรมมีเป็นประการใด อะไรเป็นรูป อะไรเป็นนาม ตัวนี้แหละเรียกว่าโมหะมูลจิต เพราะในชีวิตของคนเราส่วนใหญ่ไม่ประพฤติธรรม ไม่ได้ปฏิบัติธรรม ไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน 4 โลภะมูลจิตก็ดี โมหะมูลจิตก็ดี ย่อมจะเข้ามาครอบงำ เมื่อมันเข้ามาครอบงำ เช่นนี้แล้วขอถามสักหน่อยว่า เมื่อเวลาเราจะตาย จุติจิตกำลังจะเกิดขึ้นนั้นเราจะเอาสติมาจากไหนที่เราจะป้องกันให้ตกไปสู่ทุคติภูมิ อันได้แก่ นรก 1 เปรต 1 อสูรกาย 1 เดรัจฉาน 1 เราจะเอาอะไรมาเป็นหลักประกันในชีวิตของเราไม่ได้หัดสร้างสติไว้เลย ดังนั้นถ้าพวกเราทุกคนเห็นความสำคัญของสตินี้แล้ว ถ้าเราสนใจในการที่จะปลุกสติที่เรามีอยู่แล้วให้ตื่นขึ้นใช้ทำประโยชน์ เราก็สามารถจะฝึกหัดให้มันตื่นขึ้นตั้งแต่ต้น จนถึงเกิดประโยชน์ในการเจริญสติปัฏฐาน หรือเรียกกันทั่ว ๆ ไปว่า วิปัสสนากัมมัฏฐาน โลกุตตร-

กุศล อันสูงสุด ซึ่งได้แก่สติตัวเดียวเท่านั้น ทีนี้เมื่อเราได้รู้จักถึงความสำคัญของสตินั้นว่า มีเป็นประการใด ลองพิจารณาเหตุผลในการที่จะสร้างสติขึ้นว่า เราควรทำประการใด

การที่จะฝึกสติให้มีการระลึกรู้เป็นปัจจุบันธรรมนั้น ผู้ที่ไม่รู้ถึงความยากลำบากในการฝึกหัดสติคงจะหัวเราะเยาะว่าเป็นเรื่องง่ายนิดเดียว เพียงแต่ให้ระลึกรู้เป็นปัจจุบันธรรมนั้นทำได้ง่าย ง่ายหรือไม่ง่ายก็จงลองทำดูว่า ความจริงนั้น สติมันระลึกรู้ขึ้นจริงหรือเปล่า

ประการแรก สติระลึกรู้จากทางตา ตาไม่บอดเราแลเห็นสิ่งต่าง ๆ โดยเฉพาะกับสิ่งที่เรียกว่า รูปสีหรือเรียกกันว่า รูปารมณ์นั้น รู้หรือเปล่าว่าสิ่งที่เราเห็นนั้นเป็นความจริงที่รู้ได้ทางตาเท่านั้น นั่นมันเป็นรูปสี เราเคยนึกหรือเปล่า เราเคยระลึกรู้หรือเปล่าว่ามีแต่เราเห็นแล้วเราหลง เราเห็นแล้วเกิดโทสะ ถ้าเราเห็นรูปใดที่สวยงามผ่านนัยน์ตาเรา เราก็มีความพอใจ มีความชอบใจความปลาบปลื้มยินดีอะไรที่เกิดขึ้น เราไม่ได้เห็นด้วยสติ นั่นเราเห็นด้วย โลภะ ถ้าเราเห็นด้วยสติจะไม่เป็นอย่างนี้ เราเพียงแต่รู้ว่า อ้อ นี่มันเป็นความจริงที่รู้ได้ทางตาเท่านั้น มันเป็นรูปธรรมอย่างเดียวเท่านั้น ไม่มีอะไรวิเศษไปกว่านั้นเพียงแต่ในตาของเราเท่านั้น เห็นไหมว่าเราแลเห็นด้วยสติหรือเปล่า ในชีวิตประจำวันของพวกเราทุกคนส่วนใหญ่ไม่สามารถจะเห็นได้ด้วยสติ แต่เราแลเห็นได้ด้วยราคะ โทสะ และโมหะ ด้วยกันทุกคน นี่เป็นเพียงนัยน์ตาอย่างเดียว

ประการที่ 2 ทางหู เราเคยระลึกไหมว่า ศรัทธารมณ์หรือเสียงนั้นมันรู้ได้จากทางหูอย่างเดียวเท่านั้น ซึ่งส่วนใหญ่เรามิได้นึก ถ้าเราได้ยินเสียงอะไรเพราะ ๆ เราก็กระหยิ่มยิ้มย่อง มีความพออกพอใจยิ้มน้อยยิ้มใหญ่ แต่ถ้าเราได้ยินเขานินทาว่าร้ายเรา เขาว่ากล่าวเรา เขาด่าเรา เขาตะโกนโพนทนาเราเช่นนั้น เราก็เกิดความไม่พอใจ เราจะอ้างได้หรือว่า การฟังดังกล่าวนั้น เรามีสติระลึกรู้ความจริง เราไม่ได้มีสติระลึกรู้เลย เรารู้อย่างไร เรารู้ในโลภะ ประกอบด้วยความโลภ คือ ความพอใจในการที่ได้ยินเสียงที่เขาได้ชมเรา เสียงนั้นเป็น

เสียงที่ไพเราะเพราะพริ้ง เสียงที่ยกยอปอปั้น อะไรเล่า มิใช่โลภะมูลจิตมันเกิดขึ้นหรอกหรือ นั่นไม่ใช่สติ เพราะสติระลึกรู้แล้ว เรารู้กันมาแล้วว่า สตินั้นเป็นโสภณเจตสิก อกุศลจิตทั้งหลายมันจะกล้ำกลายเราไม่ได้ นอกจากนี้เราได้ยินเสียงเขานินทาว่าร้าย มีการกล่าวร้ายป้ายสีเรา เราก็เกิดความโกรธแค้นความอาฆาต นี่หรือบอกว่ามีสติ เรามีความโกรธแค้นเขา อะไรเล่า มีความอาฆาตเขา อะไรเล่า นั่นคือมันมีโทสะมูลจิตเกิดขึ้นแล้ว ก็โทสะมูลจิตมันเป็นฝ่ายดำ สติมันจะเกิดขึ้นอย่างไร ก็ไม่เกิดอีกหรือเราได้ยินเสียง เราก็ไม่สนใจฟังว่าเสียงเขาพูดอะไรกันเท่านั้น ไม่เกิดความยินดี ไม่เกิดความยินร้าย ฟังแล้วเฉย รู้เรื่องแล้วก็เฉย เพราะมันไม่ใช่เรื่องของเรา สิ่งนี้หรือเรียกว่า สติเกิด ความจริงไม่ใช่ นั่นคือโมหะมูลจิต คือ ความหลงมันเกิดขึ้นแล้ว มีที่ไหนสติ ตาเราเห็นเราก็ไม่มีสติ หูเราได้ยินก็ไม่มีสติแล้ว เราจะเอาอะไรมาเป็นทุนในการที่จะประกันชีวิตของเราก่อนตายเล่า เราไม่มีอะไรเลยเพราะว่าเราขาดสติ ถ้าเรามีสติระลึกรู้แล้ว เสียงไพเราะ ไม่ไพเราะ เสียงนินทาว่าร้ายเราก็ดี เมื่อเรามีสติระลึกรู้ เราก็รู้ว่า นั่นมันเป็นเพียงศรัทธารมณ์ คือ รูป รูปเสียงเท่านั้น ไม่มีอะไรวิเศษไปกว่านั้น นี่แหละจึงเรียกว่า มีสติ แต่รับรองว่าไม่มีใครมีสติระลึกรู้เช่นนั้นเพราะเราไม่ได้ฝึกหัดสติ ปลุกสติ ให้มันตื่นขึ้นมันจึงไม่รู้

ประการที่ 3 ทางจมูก เมื่อเราได้กลิ่นหอม ไม่ว่าจะเป็นน้ำอบ กลิ่นดอกไม้ หรืออะไรที่เราพอใจ เราก็ยินดียิ้มย่องผ่องใส มีความเบิกบานใจว่าสิ่งเหล่านั้นเราชอบเราต้องการ นี่หรือที่เรียกว่าเรามีสติ โลภะมูลจิตมันก็เกิดขึ้นอีกแล้ว ในทำนองเดียวกัน เราได้กลิ่นซึ่งเป็นของเหม็น ของเผ็ดร้อน กลิ่นที่ไม่ต้องการจะดม แม้ตลอดจนของอับเหม็น เช่น ท่อไอเสียหรือคาร์บอนไดออกไซด์เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เราไม่มีความพอใจเช่นนั้น อะไรเกิดขึ้นเล่า ความไม่พอใจความเกลียดชังที่เกิดขึ้น นั่นอะไร เพราะโทสะมูลจิตมันเกิดขึ้นแล้ว เมื่อมันเกิดขึ้นเช่นนี้แล้ว สติจะเกิดขึ้นได้อย่างไร มันก็ไม่เกิดขึ้น เพราะเราเฉย ๆ เช่นนี้อะไรเล่ามันเกิดขึ้น นั่นคือ โมหะมูลจิตมันได้เกิดขึ้นแล้ว ทำให้เราหลงใหลใฝ่ฝัน

ไม่ได้นึกถึงความจริงที่มันปรากฏขึ้นเรามีสติ เราก็รู้ได้ว่า สิ่งเหล่านี้มันเป็นความจริงซึ่งปรากฏรู้ได้ทางจมูกเท่านั้น มันเป็นคันธารมณ์ คือ รูป กลิ่น เท่านั้นเองนี่เราเคยนึกเช่นนี้หรือ ตราบใดที่เราไม่เคยนึกเช่นนี้ สติจะเกิดขึ้นได้อย่างไร มันก็คงจะหลับต่อไป คงปล่อยแต่อกุศลมูลจิตให้เกิดขึ้น ไม่ว่า โลภะ โทสะ โมหะ ถ้าเราใกล้จะตายแล้วได้กล่าวมาแล้วว่า หูเราก็ดับ ตาก็ดับ การบอกหนทางผู้จะตายนั้น จะช่วยอะไรเรา ให้เราไปสู่สุคติภูมิได้หรือ ถ้าเราไม่คิดฝึกหัดสติระลึกรู้เสียตั้งแต่ยังเป็น ๆ ขณะนี้

ประการที่ 4 ทางลิ้น นั่นคือ รสต่าง ๆ ที่เรามีความพอใจก็ดี ความไม่พอใจก็ดี ถ้าเป็นรสหวานเย็นชุ่มชื่น เราก็มีความพอใจ ถ้าเป็นรสขมขื่น เผ็ดร้อนเราก็ไม่พอใจ ทั้ง ๆ ที่ชีวิตประจำวันของเราได้รับรสเช่นนั้น ตลอดเวลาที่กินอาหารเราเคยมีสติระลึกรู้รสเหล่านี้หรือเปล่าว่ามันเป็นอะไร เปล่าเลย ถ้ารสนั้นเป็นรสที่เราถูกใจ ความพอใจจะเกิดขึ้น อร่อยจริงหนอ อย่างนี้ฉันชอบ อย่างนี้อร่อย นั่นโลภะมูลจิตมันเกิดขึ้นแล้ว อย่างนั้นไม่อร่อยมันเผ็ดไปฉันไม่ชอบ นั่นคือโทสะมูลจิตมันเกิดขึ้น บางทีกินไปอร่อยหรือไม่อร่อย ฉันไม่สนใจกินให้มันอิ่ม ๆ ก็แล้วกัน อะไรมันเกิดขึ้น โมหะมูลจิตมันเกิดขึ้น สิ่งเหล่านี้มันเป็นอกุศลมูลจิตเราเคยนึกหรือเปล่าว่าเราเคยมีสติระลึกรู้ในเรื่องรส เพียงแต่รู้ว่า รสที่เราลิ้มนั้นรู้ได้ทางลิ้นนั้น มันเป็นรูปเขาเรียกว่า รสารมณ์ คือ รสรูปที่ได้รู้ทางลิ้นเท่านั้นเคยรู้บ้างหรือไม่ว่า มันเป็นเพียงรูปไม่มีความคงทนอะไรไม่เคยนึก เมื่อไม่เคยนึกสติก็ไม่เกิด ฉะนั้นสตินั้นเพียงเท่าที่อธิบายมามันเป็นเพียงทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น

ประการที่ 5 คือทางกาย อย่างไรเราได้รับสัมผัสว่า เย็น ร้อน อ่อนแข็ง เคร่ง ตึง ไหว เรารู้ได้ทางกาย แต่เราไม่มีสติระลึกรู้ สิ่งใดที่อ่อนนุ่มเราก็พอใจ นั่งสบายดี สิ่งใดที่ร้อนหน่อย แข็งนิด เราไม่พอใจก็ว่ามันร้อนไป จากการสัมผัสทางผิวหนัง อะไรมันเกิดขึ้น ความพอใจที่เกิดขึ้นนั้นก็เป็นโลภะมูลจิต ถ้าเราไม่พอใจ โทสะมูลจิตก็เกิดขึ้น ถ้าเรานั่งเฉย ๆ อะไรก็นั่งได้ อะไรเล่าจะเกิด

ขึ้น สิ่งนั้นก็คือโมหะมูลจิต ที่มันเกิดขึ้นเช่นนี้มันก็ไม่มีสติระลึกรู้ ถ้าเรามีสติระลึกรู้แล้ว เมื่อเราสัมผัสกับอะไร ถ้าแข็งมันจะระลึกรู้ว่า เป็นรูปดิน หรืออ่อนมันก็เป็นรูปดินอย่างนี้ เป็นต้น ถ้ามันมีความเย็น ความร้อน เราก็รู้ว่า อ๋อ มันเป็นรูปไฟ มันให้ความเย็น ร้อน ในชีวิตของเราเคยไหม อย่างนี้ เมื่อเราไม่เคยแล้ว เราจะไม่พร้อมหรือที่จะปลุกสติให้มันลุกขึ้น ถ้าสติมันไม่ลุกขึ้น เมื่อเวลาเราจะตาย ใครเล่าจะมาช่วยเราได้ อันนี้ก็เข้ามาใน อตฺตาหิ อตฺตาโน นาโถ คือไม่มีใครช่วยเราได้ นอกจากตัวของเราเอง

ประการที่ 6 ทางใจ เรียกว่า ธัมมารมณ์ อันเกิดได้จากความนึกคิด เราเคยพิจารณาหรือเปล่าว่า ธัมมารมณ์นั้นมันเกิดขึ้นทางใจเท่านั้น เราเพียงแต่ว่า นึกคิดในสิ่งที่เราใคร่พอใจในสิ่งนั้น เราก็พอใจ เมื่อเรานึกถึงสิ่งที่เราไม่พอใจ เราก็มีความเกลียด ความโกรธ ไม่พอใจในสิ่งที่เรานึกเราคิดนั้น นั่นอะไร นั่นคือ ตัวโทสะมูลจิต มันเกิดขึ้น ถ้าเรานึกคิดในสิ่งที่มันเฉย มันก็เป็นโมหะมูลจิต ไม่มีสติรู้เลยว่า นั่นมันเป็นธัมมารมณ์อันหนึ่งมันเป็นนามธรรมเท่านั้น เคยนึกคิดเช่นนี้หรือ นี่เป็นเพียงการที่เราฝึกให้รู้เป็นปัจจุบันธรรมเท่านั้น เรายังไม่มีกันแค่นี้แล้ว เราจะเอาอะไรมาเป็นตัวปลุกสติต่อไป เมื่อเราจะตาย จากที่ได้กล่าวมานี้ น่าจะได้เห็นความสำคัญของสติว่า มันมีความสำคัญประการใด จะเห็นได้ว่า การฝึกสติให้ลุกขึ้นเป็นปัจจุบันธรรมเท่านั้น ไม่ใช่เป็นของทำกันง่าย ๆ ถ้าเราไม่ไปสู่ทุคติภูมิซึ่งมี นรก 1 เปรต 1 อสูรกาย 1 เดรัจฉาน 1 เราจงเริ่มปลุกสติในขณะนี้ นี่คือการปลุกสติให้มีความระลึกรู้เป็นปัจจุบันธรรมดังที่กล่าวมาแล้ว และสติอีกนั่นแหละที่เราจะได้นำไปใช้ในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ที่เราเรียกว่าสติปัฏฐาน 4 นั่นเองตามที่ได้กล่าวมานี้ ก็เป็นเรื่องการระลึกรู้หรือสติในขั้นต้นเท่านั้น

หลักใจสำหรับผู้ป่วยสิ้นหวัง

โดย แพทย์หญิง อมรา มลิลา
บรรยาย ณ ห้องประชุมจงจินต์
ชมรมพุทธธรรพ โรงพยาบาลรามาธิบดี
วันที่ 18 กันยายน พ.ศ. 2528

หลักใจสำหรับผู้ป่วยสิ้นหวัง

ท่านอาจารย์ และท่านผู้สนใจ

หลายท่านอาจนึกว่า เรื่องที่เราจะพูดกันวันนี้ ห่างไกลตัวมาก แต่จากความจริงที่ประจักษ์ *ความเจ็บ และความตายเป็นสิ่งที่กำหนดกันไม่ได้* บางท่านกำลังแข็งแรง หนุ่มฉกรรจ์ ขับรถไปประสบอุบัติเหตุกลายเป็นผู้พิการ ช่วยตัวเองไม่ได้ บางท่านเกิดเป็นมะเร็งในวัยที่ไม่คาดคิด แม้จะรักษาอย่างไร ๆ มะเร็งก็ลุกลามไม่หยุดยั้ง จนถึงแก่ความตายในที่สุด

จากการได้เห็นอย่างนี้ ทำให้คิดว่า ทำอย่างไรเราจึงจะเตรียมชีวิตของเรา หรือในช่วงที่เริ่มรู้ว่า เราเข้าที่คับขัน เวลาที่เหลืออยู่อย่างจำกัดนั้น จะใช้ให้เป็นสาระประโยชน์อย่างที่สุดอย่างไรบ้าง

ประการแรก ทุกคนพอเจ็บป่วย จะมีความหวาดกลัวต้องการให้หมอบอกว่า เราเป็นอะไร จะตายหรือจะหาย ซึ่งหมอคนไหนคนไหนก็บอกไม่ได้ทั้งนั้น และถ้าคนไข้เอาใจไปมัวครุ่นคิดแต่ว่า จะหายหรือจะตาย เลยไม่มีจิตใจเหลืออยู่เพื่อทำชีวิตที่เป็นอยู่ให้สงบสุขได้

ทำอย่างไร หมอหรือผู้ใกล้ชิดจึงจะเบนความสนใจของคนไข้ออกจากตรงนั้นได้

จากกรรมวิธีที่ตัวเองใช้ และได้ผลก็คือ เริ่มต้นคุยกับคนไข้ก่อน ปูทางให้เห็นว่า ทุกคนต้องตายทั้งนั้น ถึงไม่เจ็บก็อาจนอนหลับไปแล้วไม่ตื่นขึ้นมาอีกก็ได้ หรือคุณลุงดิฉันท่านเป็นมะเร็งที่ตับ คุณหมอตรวจแล้ว บอกลูกหลานว่าถ้าดูแลดี ๆ ก็อาจอยู่ไปได้อีกสักปีหรือสองปี แต่ถ้ามีอะไรแทรกซ้อนหรือกระทบ-กระเทือนใจก็อาจเร็วกว่านั้น ลูกหลานก็ทำใจไม่ได้ มัวเกี่ยงงอนกันว่าเวลาสั้นเกินไป แต่ความเป็นจริงคุณลุงเจ็บไปได้ยังไม่ถึงสองเดือน ท่านเกิดเป็นปอดบวมและตายด้วยโรคปอดบวม ดิฉันก็เล่าเรื่องนี้ให้คนไข้หลายคนฟัง จะอยากรู้ไปทำไมว่า การเจ็บป่วยครั้งนี้มันเจ็บป่วยด้วยอะไรกันแน่ เพราะเห็นไหม ทั้งที่ลุง

ดิฉันเป็นมะเร็งกลับตายปุบปับด้วยปอดบวม หรือตัวดิฉันมาเยี่ยมคุณอยู่นี่พอลากลับออกไปอาจถูกรถชนตาย แต่ตัวคุณซึ่งกังวลว่าจะตาย กลับยังมีชีวิตอยู่ก็ได้

เรื่องทำนองนี้ที่จะทำให้เขายอมรับความจริงว่า การตายไม่จำเป็นต้องเจ็บเสียก่อนถึงจะตาย แข็งแรงอยู่อย่างนี้อาจมีเหตุปัจจุบันอะไรมาทำให้ตายก็ได้ ให้ใจของเขาคลายกังวล ยอมรับว่าความตายเป็นเรื่องสามัญ

ท่านอาจารย์สิงห์ทองเคยบอกว่า คนเราทุกคนพอคลอดจากท้องแม่ร้องแว้แรกก็เอาป้ายตัดสินประหารชีวิตห้อยคอมาด้วยแล้ว มีอะไรบ้างที่มีชีวิตในโลกนี้เกิดมาแล้วไม่ตาย เมื่อความจริงเป็นเช่นนี้ มันก็เหมือนกับว่า *พวกเราทุกคนพอหายใจเฮือกแรกก็รับป้ายตัดสินประหารชีวิตแขวนคอมาพร้อม แต่เขาจะเอาไปเข้าหลักประหารเมื่อไหร่ เรารู้ไม่ได้* แล้วเราจะเดือดร้อนไปทำไม

เมื่อคนไข้ยอมรับสัจธรรมข้อนี้แล้ว ท่านอาจารย์สอนไว้ *ความเจ็บป่วยเป็นโชค เพราะทำให้เรามีโอกาสได้ลงสนามซ้อม* เพื่อเตรียมตัว ถ้ายิ่งเราได้เจ็บป่วยหลายครั้ง เจ็บแล้วหาย เจ็บแล้วหาย ยิ่งดี ได้ซ้อมจนช่ำชอง เพราะบางคนไม่มีโอกาสได้ซ้อม พอเจ็บครั้งแรกก็ตายเลย อย่างนั้นอาจเสียท่า ปรับตัวไม่ทัน แต่เราโชคดีได้เจ็บและได้ซ้อม เพราะฉะนั้นแทนที่จะไปห่วงว่าเจ็บนี่นะมันจะหาย มันจะตาย มันจะเป็นอย่างไร อย่าไปสนใจ *ความเจ็บเป็นเพียงแบบฝึกหัด* ให้เราดูใจเราว่าพร้อมที่จะลงสนามรบครั้งสุดท้ายหรือยัง เราจะได้เก็บข้อมูลว่า ตรงไหนที่ยังบกพร่อง คราวหน้าจะได้วางแผนให้รัดกุมกว่านี้

สิ่งหนึ่งที่เป็นปัญหามาก คือ เวทนา ความเจ็บปวด ถ้าคนไข้เป็นมะเร็งความเจ็บปวดจะเป็นเรื่องใหญ่ ที่คนไข้ประท้วงว่า มันดูใจไม่ไหวเพราะเห็นแต่ปวดท่าเดียว เราก็ปลอบว่า ตรงนี้แหละสำคัญที่สุด ถ้าเราไปยึดว่า ความปวดเป็นตัวเราแล้วละก็ใจจะจมมิดอยู่ในความปวด จนไม่มีทางช่วยตัวเองได้ เพราะ*เวลาที่ใจจะเปลี่ยนภพ มันก็เหมือนเรากำลังออกเดินทาง* ถ้าเราออกเดินทางเวลาโพล้เพล้ จะสว่างก็ไม่สว่าง จะมืดก็ไม่มืด มองอะไรก็ไม่ถนัด ยิ่งใจของเราตื่นกลัวหวาดหวั่น มันก็เหมือนฝนตั้งเค้าทะมึ่น มีลมพายุ ดีไม่ดีมีทั้งฟ้าแลบ ฟ้าร้อง

ฟ้าผ่า และฝนกระหน่ำลงมาจนเราเปียกปอน ลื่นล้มลงไปในหลุม ในร่องที่มองไม่เห็น แข้งขาหัก เดินต่อไปไม่ได้

เมื่อจะเดินทาง อย่างน้อยที่สุด*ต้องมีไฟฉาย* คือ *สติปัญญาอยู่กับใจให้เราเห็นหนทาง* ถ้าเตรียมสติปัญญาของเราพรักพร้อม ก็เหมือนเราออกเดินทางเวลาที่ท้องฟ้าแจ่มใส มองเห็นทางชัดเจน ถ้ามีเสบียงกรังมากกว่านั้นก็เหมือนกับว่าเราไปพบถนนราบเรียบ ไม่อย่างนั้นหนทางอาจขรุขระ เป็นหลุมเป็นบ่อ หรือหลงเข้าไปในป่าดงพงดี แล้วหาทางออกไม่ถูก

อะไรเล่าที่จะเป็นเสบียงกรังเหล่านี้

การอบรมใจหรือที่เรียกว่าภาวนา ถ้าเราตั้งสติให้อยู่กับใจไม่ได้ ต่อให้มีมีด มีพร้า มีครบหมดทุกอันในเป้หลัง พอถึงเวลาจะใช้หยิบไม่ทัน หาไม่ได้ แบกไปหนักเปล่า ๆ ทำอะไรไม่ได้ทั้งนั้น หลายท่านที่เคยปฏิบัติเคยรู้ธรรมข้อนั้นข้อนี้ ข้อโน้น แต่เวลาจวนตัวชักออกมาใช้ไม่ทัน คนบางคนรู้หมด ความโกรธไม่ดีอย่างโน้น อย่างนี้ ต้องแก้ด้วยเมตตา พูดได้ทุกอย่าง แต่เวลาตัวเองโกรธเข้าจริง ๆ เปรี้ยงออกไปแล้ว ถ้ามีปืนอยู่ตรงนั้นก็ยิงไปเลย

นี่ก็เหมือนกัน เรารู้ว่า ความเจ็บปวดต้องกำหนดแยกจากกาย แต่พอเจ็บปวดเข้าจริง ๆ สติตั้งไม่ได้ มันก็แยกความเจ็บปวดไม่ออก มันไม่เอาอะไรทั้งนั้น ใจไปคลุกอยู่แต่ตรงปวดนั่น เราก็ให้กำลังใจเขาให้ลองซ้อมก่อน การจะซ้อมให้ได้ผลก็ต้องเริ่มซ้อมตั้งแต่ยังไม่เจ็บปวดหรือเจ็บปวดน้อย ๆ ก่อน! เพราะถึงเจ็บเป็นมะเร็ง หรือเป็นอะไรก็ตามทุกข-เวทนาก็ไม่หนักต่อเนื่องกันอยู่ตลอดเวลา มันจะมีขณะที่รู้สึกสบายพอทนได้แทรกเข้ามา

ตรงที่สบายนี่แหละ ให้เขาลองฝึกสติ นั่งไม่ได้ นอนก็ได้ โดยมุ่งกำหนดสติให้อยู่กับใจ

การกำหนดสติให้อยู่กับใจ สำหรับผู้ไม่เคยเป็นของยากว่าจะกำหนดอย่างไร ถ้าคนไข้กำลังให้น้ำเกลือ เราก็ให้เขามองกระเปาะที่น้ำเกลือหยดลงมาเปรียบกระเปาะเป็นเหมือนใจของเขา คำบริกรรม "พุท-โธ" ที่เอาสติไปกำหนด

เป็นเหมือนหยดน้ำเกลือ เมื่อกำหนดคำบริกรรมแต่ละคำหยดลงไปในใจ มันจะเข้าไปชะล้างจิตใจที่กำลังทุกข์ หวั่นกังวล ด้วยความเจ็บปวดให้คลี่คลายเบาบางลง ตั้งสติให้แน่วแน่ไว้ที่ตรงหยดน้ำเกลือก็ได้

เมื่อน้ำเกลือหยดหนึ่งหยดกำลัง "พุท" หยดถัดไป "โธ" กำหนด พุท–โธ–พุธ–โธ ต่อเนื่องกันอยู่ดังนี้ เมื่อสติมีที่หมายชัดแจ้ง ใจก็จดจ่ออยู่แต่กับหยดน้ำเกลือ ไม่แวบปลิวไปที่ไหนเสีย

ถ้าไม่มีน้ำเกลือ เรากำหนดที่ตรงไหนก็ได้ เป็นต้นว่าให้เพ่งเข้าไปในตัวของเขาเอง สมมุติว่า ตรงกึ่งกลางอกเป็นที่ซึ่งใจเขาอยู่ ก็เอาสติไปกำหนดไว้ที่ตรงนั้น หรือกำหนดไว้ที่กระบังลมตรงที่เขาหายใจเข้าไปจนสุด แล้วมีความรู้สึกว่ามันหยุดที่ตรงนั้น ก็เอาสติไปตั้งที่นั่น และกำหนดพุท–โธตามจังหวะที่ลมหายใจเข้า หายใจออกกระทบ ถ้ากำหนดได้ เขาจะรู้สึกใจสบาย ความเจ็บปวดค่อยคลายไป

คนไข้หลายรายขณะมีกำลังใจจะเอายาแก้ปวดวางไว้ก่อน แล้วกำหนดสติ ทำสมาธิ บางครั้งทำแล้วไม่ต้องใช้ยาแก้ปวด ผลที่ประจักษ์กับตนเองทำให้มีกำลังใจขึ้นมาก ถ้าเขาทำอยู่สม่ำเสมอจนกระทั่งใจสงบลงรวมเป็นสมาธิ บางคนลงรวมจนรู้สึกร่างกายเบาหายไปหมดเหลือแต่ตัว "รู้" เฉย ๆ โปร่งโล่ง

ถ้าได้สัมผัสจุดนี้ เราก็อธิบายให้เขาเห็นว่า นี่อย่างไรที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า กายของเราเป็นสมมติ ประกอบขึ้นจากธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ ซึ่งมีธรรมชาติแปรปรวน เปลี่ยนแปลงเหมือนสิ่งทั้งหลายในโลกที่เราเห็น เช่น อาคารบ้านเรือนก็เก่า แตกร้าว พังไป ต้นไม้เมื่อถึงวาระก็ยืนต้นตาย สิ่งมีชีวิตทั้งหลายไม่ว่าพืช สัตว์ หรือคนที่เราเห็น รวมทั้งปู่ ย่า ตา ยาย ก็แก่ก็ตายไปทั้งสิ้น

ก้อนร่างกายของเราก็เช่นกัน วันหนึ่งก็จะแปรปรวนไปอย่างนั้น แต่ใจซึ่งเป็นธาตุรู้ เป็นพลัง อมตธาตุ ไม่ได้ตายตามไปด้วย *ภาวะสมาธิทำให้ประจักษ์กับใจของเขาเองแล้วว่า ธาตุรู้ และดิน น้ำ ลม ไฟ เป็นคนละส่วน คนละอันกัน* ธาตุรู้ที่เป็นอมตธาตุ ไม่ตาย คง "รู้" อยู่เช่นที่เขาเป็นขณะจิตรวม เมื่อเห็นชัด

อย่างนี้ เขาก็เกิดความเชื่อ แน่ใจมั่นใจว่า เวลาเปลี่ยนภพเปลี่ยนภูมิ กายกับใจแยกจากกัน อย่างนี้เอง ถ้ามีสติกระชับอยู่กับใจ

แต่ถ้าตั้งสติไม่ดี อุปาทาน ความยึดมั่นถือรั้นผิด ๆ จะเป็นกาววิเศษที่ผนึกธาตุรู้ซึ่งเป็นใจเข้าไว้กับกายซึ่งมาจากดิน น้ำ ลม ไฟ แล้วก็ชักเย่อกันขลุกขลัก ทุลักทุเล ยิ่งมีเวทนาเข้าไปผสมโรงด้วยทำให้ยิ่งแยกไม่ออก แล้วยังทุรนทุรายอีกด้วย ถ้าเป็นอย่างนั้น หนทางก็มืดมิดถนนที่ใครชี้บอกว่ามีอยู่ก็มองไม่เห็น ดิ้นรนจนตกลงไปในปลักโคลนตม ดีไม่ดีแข้งขาหักเดินต่อไปไม่ได้

เพราะเหตุอย่างนี้แหละ เราจึงต้องเตรียมตัวไว้ให้พร้อมที่จะลงสนามรบได้ทุกขณะ ถ้ามีหลักใจ เชื่อมั่นว่าใจไม่ได้ติดเกี่ยวพันกับดิน น้ำ ลม ไฟ ที่แปรปรวนเปรียบเหมือนเรานั่งอยู่ในบ้านที่ปลวกขึ้น จนจะพังมิพังแหล่ แต่ตัวเราไม่ได้ถูกปลวกกัดกิน ไม่ชำรุดทรุดโทรมไปด้วย เมื่อเห็นว่าบ้านอยู่ต่อไปไม่ไหวแล้ว พังแน่ ๆ เราก็เดินออกประตู ทิ้งบ้านไป

ตัวเราก็เหมือนกัน ถ้าเห็นว่าก้อนดิน น้ำ ลม ไฟ อันนี้แปรปรวนเกินการเยียวยาแก้ไขแล้ว กลายเป็นภาระอันหนัก แม้กระทั่งจะหายใจเข้าทีหนึ่ง ออกทีหนึ่งก็เหน็ดเหนื่อยเสียจนกระทั่งไม่มีแรงจะหายใจแล้วเราก็ปล่อยให้เป็นไปตามสภาพของมัน จดจ่อดูธาตุรู้ เอาสติกุมมันไว้ให้ดี แยกไว้ต่างอันต่างไป

ถ้าหลักอันนี้แน่วแน่ มั่นคง เวลาที่จะไป เวลาวิกฤตใจจะไม่ทุนรนทุรายมีสติอยู่รักษาใจ เมื่อตั้งสติได้อย่างนี้ ใจที่มีสติรักษา มีปัญญาแนะสอนย่อมเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน เพราะสิ่งไรก็ตามที่เรามีสะสมอยู่ บุญหรือบาปจะเป็นเสบียงกรังนำเราไปสู่ถิ่นที่เหมาะที่ควร

ปัญหาที่หลายคนชอบถามคือ มีผู้เฒ่าผู้แก่สอนว่า เวลาจะตายให้คนมาบอกทาง ให้เรานึกถึงแต่คุณงามความดี นึกถึงแต่บุญกุศล นั่นคือการพูดตามทฤษฎี ใครก็พูดได้ แต่ใจของคนเราเป็นของสลับซับซ้อนแปลกประหลาดมหัศ-จรรย์ ทั้ง ๆ ที่พระมาสวดพุทธมนต์เต็มห้อง หรือคนที่รักกุมมือเราให้กำลังใจอยู่ สัญญาความจำเก่า ๆ ก็ยังแซงเข้ามาในมโนทวาร ทำให้ไปนึกถึงเรื่องที่

ตัวเองซ่อนเร้น ปกปิด พยายามลืม แล้วความคิดนั้นก็เข้ามาจับใจของเราเอาไว้ เหนี่ยวนำให้ไปยึดติดอยู่ในโลกของความนึกคิดจนไม่รับรู้ความจริง

เพราะฉะนั้นทฤษฎีก็มิได้พูดไปต่าง ๆ นานา แต่ถ้าไม่ฝึกซ้อม ไม่หัดช่วยตัวเองเอาไว้ ถ้าอารมณ์อะไรพัดเข้ามาในใจ ทำอย่างไรเราจะดับมัน ทำอย่างไรเราจะไม่ปล่อยใจ ให้ติดตามไปเสวยอารมณ์นั้นจนหาทางออกไม่ได้

ท่านอาจารย์เคยเล่าให้ฟังถึงแม่ชีท่านหนึ่ง บวชตั้งแต่ยังเด็ก เมื่อบวชแล้วก็ตั้งอกตั้งใจปฏิบัติอย่างดีจนใคร ๆ คาดเดาว่า เมื่อท่านตายไปคงไม่กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกแล้ว จิตของท่านคงยกภพภูมิไปเป็นเทวดาหรือพรหม

เมื่อท่านเข้าวัยชรา วันหนึ่งขณะเอาผ้านุ่งที่ซักเสร็จแล้วไปตากที่ราว เหลือบไปเห็นแมลงเล็ก ๆ เปียกน้ำตายติดอยู่ที่ผ้า คนทั่วไปพบเหตุการณ์ทำนองนี้ก็คงขออโหสิกรรมว่าไม่ตั้งใจ แล้วแผ่เมตตาให้บุญกุศลที่ได้กระทำมาช่วยให้แมลงนั้นไปสู่ภพภูมิที่ดีขึ้น และเป็นสุขเป็นสุขเถิด ก็เป็นอันแล้วกันไป

แต่แม่ชีหักใจจากแมลงตัวนี้ไม่ได้ มันมาเกาะอยู่ในอารมณ์ ทำให้ใจหมองอยู่ตลอดเวลา ประเดี๋ยว ประเดี๋ยวก็นึกถึงแต่แมลงตัวนี้ แล้วก็ท้อใจเสียใจว่า ดูทีหรือ เราปฏิบัติมาแต่เด็ก จนกระทั่งบัดนี้ ศีลบริสุทธิ์ระแวดระวังไม่เคยให้ด่างพร้อยเลย เจ้ากรรมอะไรทำให้แมลงตัวนี้เกาะติดผ้าแล้วเปียกน้ำจนตายไป จิตใจเศร้าหมอง ที่เคยภาวนาได้ก็ไม่สงบ เพราะมัวแต่นึกถึงแมลงตัวนั้นที่เป็นต้นเหตุให้ศีลด่างพร้อย

ครั้นถึงวาระที่เจ็บจะตาย แทนที่จะกำหนดสติให้อยู่กับใจ "รู้" อยู่กับขณะปัจจุบัน ใจกลับเกิดความท้อ หม่นหมอง จนกระทั่งหมดลมไปเลยไปเกิดในอบายภูมิ

พวกลูกศิษย์ที่นั่งฟังอยู่ประท้วงว่า...โอย...ไม่ยุติธรรมเลย ถ้าอย่างนั้นเราจะทำความดีไปทำไม...ท่านอาจารย์ตอบว่านี่อย่างไร ที่พระพุทธองค์ทรงย้ำให้อยู่กับปัจจุบัน ให้ฝึกสติเพื่อรักษาใจ "รู้" อยู่กับปัจจุบันแต่ละขณะ แต่ละขณะ อะไรที่ผ่านเป็นอดีตไปแล้วเหมือนรอยที่เขียนไปในน้ำ เอากลับคืนมาไม่ได้

เขียนแล้วน้ำไหลพัดไปก็ลบหายหมด ต้องรอจนเมื่อไรผลของมันเกิดให้เราประสบเป็นปัญหา เราจึงค่อยแก้ไขในขณะนั้น ขณะนั้น แต่จะไปครุ่นนึกถึงอดีตเพื่อหมุนเอากลับมาลบแก้ไม่ได้

ทำนองเดียวกับหว่านเม็ดอะไรลงไปในดินแล้วไปขุดขึ้นมาก็ไม่เป็นเม็ดเดิมแล้ว เพราะมันเปลี่ยนแปลง เริ่มผลิใบเลี้ยง แทงต้น เป็นอะไร ๆ ไปแล้ว การปล่อยใจให้ไปนึกติดอยู่กับอดีตก็เป็นอันตรายอย่างนี้ หรือถ้ามัวแต่ไปนึกถึงอนาคตอยากให้เป็นอย่างนั้น อย่างนี้ แต่ไม่ลงมือหว่านไถ ไม่ทำปัจจุบันให้ดี ก็ไม่มีประโยชน์

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าใจของคนไข้คอยไปนึกถึงแต่อดีตหรือนึกถึงแต่อนาคตอยู่เรื่อย ๆ ยิ่งกังวลว่า เวลามีน้อย ไอ้โน่นก็อยากทำ ไอ้นี่ก็อยากทำ ไอ้นั่นก็อยากทำ ใจเลยร้อนรุ่ม กระสับกระส่ายไปหมด ต้องคอยเตือนเขาเอาไว้ว่า *สติอยู่กับปัจจุบัน* เพราะปัจจุบันเท่านั้นที่เป็นตัวบ่งบอกว่าอนาคตจะเป็นอย่างไร

ถ้าเราทำตรงนี้ดี ก็เหมือนกับว่าเอาเม็ดพันธุ์ที่ดีหว่านลงไป พองอกเป็นต้นใบขึ้นมาย่อมให้ดอกผลดีสมใจ ถ้าไม่เตือนอยู่อย่างนี้อัตโนมัติของกิเลสดูดดึงใจมนุษย์ให้หยุดคิดไม่เป็น ยิ่งป่วยไข้ เป็นกังวลก็ยิ่งคิดมาก ยิ่งคิดก็ยิ่งฟุ้งซ่าน เพราะไม่คิดด้วยเหตุผล แต่คิดไปด้วยอารมณ์รัก อารมณ์ชัง

การคิดด้วยเหตุผลเหมือนกับไฟลุกไหม้อยู่ในถ่านหิน มีลักษณะคุกรุ่น ไม่โชนออกมา คิดด้วยอารมณ์เปรียบเหมือนไฟไหม้ฟาง ลุกโพลงให้เรารู้สึกว่ามีประสิทธิภาพกว่า ยิ่งคับขัน ยิ่งกังวลเท่าไร สติก็หลวมไปจากใจเท่านั้น ความคิดเลยไหลไปตามอารมณ์ คิดห่วงลูก ห่วงงาน ห่วงล้วนสิ่งไม่เป็นสาระ ทำให้จิตใจหม่นหมอง คิดแล้วก็ทำอะไรไม่ได้ คิดแล้วก็ยิ่งกระสับกระส่ายมากขึ้น ตื่นกลัวต่อสภาพความจริงที่ตัวเองไม่มีเรี่ยวแรงลุกไปได้ดังใจอยาก อารมณ์ก็ยิ่งเตลิด อยากไปตรงนั้นก็ไปไม่ไหว ขยับตัวก็เจ็บแล้วลุกขึ้นก็เหนื่อยแล้ว ไม่มีแรงใจก็หงุดหงิดเพิ่มขึ้น

เมื่อใจหงุดหงิดของรอบข้างที่เห็นอยู่เฉพาะหน้าก็กลายเป็นความไม่พอใจไปทั้งนั้น มีแต่อกุศลหมุนเป็นพายุอยู่ในจิตใจ ทำให้รุ่มร้อน หงุดหงิด คับข้อง

วาจาก็กระฉอกว่าคนรอบข้างให้เจ็บช้ำน้ำใจ เหนื่อย ท้อแท้ที่จะพยาบาลเรา กายกรรมก็ฟาดแขน ฟาดขา ทิ้งเนื้อทิ้งตัวด้วยความไม่ได้ดังใจ ก่อแต่วิบากที่เป็นอกุศลเต็มไปหมด เหมือนกับสร้างกรงขึ้นมาล้อมกรอบขังตัวเอง

ถ้าใจเป็นอย่างนี้ ก็เหมือนคุณแม่ชีเมือกี้ แมลงตัวน้อย ๆ ตัวเดียวเกาะติดใจจนลื่นลงอบายภูมิไปได้

ท่านอาจารย์แก้ข้อกังขาของลูกศิษย์ที่ว่าไม่ยุติธรรมว่า แม้ขณะปัจจุบันเขายังรักษาใจให้เข้มแข็งอยู่กับความจริงไม่ได้ เมื่อไปอยู่ในอบายภูมิแล้วคิดหรือว่าใจนั้นจะเกิดความเข้มแข็ง ได้คิดว่า...เออ เราพลาดท่าไปแล้ว เพราะฉะนั้นตั้งสติให้มั่น จะได้ผ่านวิบากตรงนี้ไปได้ ใจก็คงขาดสติ ฟาดงวง ฟาดงาเรื่อยไป พร่ำบ่นว่า ดูสิไม่ยุติธรรมเลยโลกนี้ เราทำความดีมาตั้งเยอะแยะแล้ว ยังต้องมาทุกข์ร้อนอย่างนี้ ถ้าใจมัวแต่คร่ำครวญทุกข์โทมนัสอยู่อย่างนั้น มันก็หมอง ไม่มีวาระที่จะเกิดสติ เกิดปัญญามาชักจูงให้เห็นหนทางที่ถูกที่ควรได้ จิตใจเวียนต่ำลง ต่ำลง ต่ำลง บุญกุศลที่มีอยู่ก็คอยอยู่อย่างนั้น แต่ไม่ได้เจอะได้เจอกัน

ท่านอาจารย์ยกตัวอย่างอีกรายหนึ่ง เป็นผู้ชาย เกิดมาก็ไม่รู้ว่าใครเป็นพ่อเป็นแม่ เติบโตขึ้นมาโดยไม่มีใครอุปการะ อะไรที่จะทำให้ตัวสามารถเลี้ยงตัวได้ก็ทำทั้งนั้น ไม่รู้จักบาปบุญคุณโทษ ขอให้ตัวอิ่มมื้อหนึ่ง มีที่ซุกหัวนอนเป็นพอ วันหนึ่งไปพบพระอรหันต์เข้า ฟังท่านเทศน์ก็เกิดความรู้สึกจับใจ มองเห็นชีวิตของตนที่แล้วมา ถูกกาลเวลากินไปโดยเปล่าประโยชน์ ก็เกิดความสลดใจ ได้คิดขึ้นมาว่า ทำไมเล่า เราก็ไม่มีห่วงมีใยอะไร ตัวคนเดียว ถ้าเราไปจัดการทรัพย์สมบัติที่มีอยู่เพียงเล็กน้อย บริจาคทานไปเสียแล้วมาขอบวชเป็นพระ ติดตามพระอรหันต์องค์นั้นไปประพฤติปฏิบัติ เราก็คงพอสะสมเสบียงกรังให้ตัวเองมีความสงบผาสุกอย่างท่าน

คิดแล้วจิตใจก็ปีติ อิ่มเอิบ ตั้งใจไปจัดการบริจาคทรัพย์สมบัติเพื่อติดตามสมณะรูปนั้น แต่ยังไม่ทันจัดให้แล้วเสร็จก็เป็นลมปัจจุบันตายไป จิตขณะตายยังปีติอิ่มเอิบก็ไปอุบัติบนสวรรค์

ผู้ฟังประท้วง ทนไม่ได้...โอย...ถ้าเป็นอย่างนี้ละก็เลิกทำคุณงามความดีกันเถอะ เพราะไม่รู้ว่าจิตใจจะปีติ หรือจะหมองเมื่อไร

ท่านอาจารย์ก็ย้ำว่า *รักษาใจให้อยู่กับขณะปัจจุบันสิ* ปัจจุบันเท่านั้นที่มีความหมายยิ่งกว่าอะไรทั้งหมด *เพราะความเป็นพระพุทธเจ้าก็อุบัติขึ้นมาจากปัจจุบันขณะนี้เอง* ถ้าท่านปล่อยให้อดีตมีอิทธิพลครอบงำใจอยู่ ท่านก็คงเป็นโพธิสัตว์อยู่อย่างนั้นแหละ โพธิสัตว์ยังมีบุญและบาปคละเคล้ากันอยู่ แม้บุญจะมีมากกว่าบาป แต่ก็ยังไม่หมดบาปที่คอยถ่วงบัญชีให้ปิดงบดุลไม่ได้สักที

ถ้าใจอยู่กับปัจจุบัน *ฝึกฝนสติจนอารมณ์อะไรก็ตามที่กระเพื่อมขึ้นมาเป็นสักแต่ว่า ท่านวางมันและกระทำแต่สิ่งที่เป็นสาระ เป็นของจริง ของแท้ เมื่อหว่านแต่ของจริงของแท้ ผลที่งอกในอนาคตย่อมดีแท้ เป็นเสบียงใช้คุ้มตัวให้รอดปลอดภัย* เหมือนกับชายผู้นั้น เมื่อไปอุบัติบนสวรรค์แล้ว ก็ยิ่งตั้งหน้าตั้งตาสะสมคุณงามความดี ให้เจริญงอกงามยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนสำเร็จเป็นอรหันต์

ถ้าร่างกายยังมีอยู่ ไม่ตาย วิบากเก่า ๆ ที่ยังมีตกค้างอยู่ก็ตามมาให้ชดใช้ เป็นต้นว่า พระองคุลีมาล เมื่อเป็นอรหันต์แล้วไปทางไหนก็ถูกขว้างถูกปา ท่านก็ปล่อยไปตามสภาพ เพราะใจของท่าน *"รู้" เข้าใจตามเป็นจริง อภัยอโหสิ ไม่ไปก่อกรรมใหม่ให้เกิดวิบาก เป็นภาระกดถ่วงจิตใจต่อไป* ธาตุขันธ์อันนี้เคยติดหนี้อยู่ ใครจะมาทวงจะมาทุบถองก็ปล่อยให้เป็นไปตามเหตุปัจจัย เมื่อไรที่ธาตุขันธ์แปรปรวน แตกสลายไป ก็จบกัน จิตที่เป็นอิสระปลอดภัยจากการเกาะเกี่ยวลอยตัวเป็นอโหสิกรรม เกมกันไป

คนไข้ไม่ว่าจะเป็นคนดี คนไม่ดี เคยมีธรรม ไม่มีธรรม ถ้าเข้าใจความสำคัญของขณะเดี๋ยวนี้ ที่กำลังเป็นอยู่เปิดใจเป็นภาชนะรับความเป็นจริง โอกาสมีเต็มที่ด้วยกันทุกคน ยิ่งในวาระที่เจ็บป่วยยิ่งมีประโยชน์มาก สมัยพุทธกาลก็มีพระภิกษุองค์หนึ่งอาพาธเป็นโรคผิวหนังพุพองไปทั่วร่างกาย ได้รับทุกขเวทนามากมาย สบงจีวรเลอะไปด้วยน้ำหนอง น้ำเหลือง เน่าเหม็น พระเณรที่คอยช่วยเหลือท่านต่างแตกหนีหมด ทิ้งให้ท่านอยู่แต่ผู้เดียว

วันนั้นร่างอันเน่าเฟะของพระภิกษุนี้ ปรากฏในข่ายพระญาณของพระพุทธเจ้า ท่านจึงเสด็จไปโรงไฟ ต้มน้ำ บรรดาพระสงฆ์ในวัดทราบ ก็พากันมาช่วยพระพุทธเจ้ายกเตียงหามพระอาพาธไปโรงไฟ พระพุทธเจ้ารับสั่งให้พระสงฆ์ช่วยกันเปลื้องสบงจีวร นำไปซักด้วยน้ำร้อน แล้วพระองค์ทรงชำระล้างร่างที่เกรอะกรังนั้นด้วยน้ำอุ่นจนสะอาด ร่างกายที่รุมเร้าด้วยทุกขเวทนาแสนสาหัส เมื่อได้รับการบริบาลก็เบาสบายขึ้น พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า ร่างนี้ไม่นานก็จะทับถมลงกับแผ่นดิน ไม่มีวิญญาณเครื่องรับรู้ ก็ไม่ต่างอะไรกับท่อนไม้หมดผู้สนใจ

พระภิกษุรูปนั้นได้ฟังพุทธวจนะจบลง จิตบรรลุอรหันตตผลพร้อม ๆ กับสิ้นลม

เราแต่ละคนก็มีโอกาสทองเต็มเปี่ยมเช่นเดียวกับภิกษุอาพาธรูปนั้น เพราะเรามีกายที่ป่วยไข้ และมีใจที่รู้สุข รู้ทุกข์ เช่นเดียวกับท่าน เพียงแต่เราต้องมีกำลังใจที่จะพากเพียรไม่ละไม่ถอย เมื่อเพียรแล้วโปรดอย่าตั้งความหวังว่าใจต้องสงบ ลงรวมเป็นสมาธิ คนส่วนมากไปยึดว่าความสำเร็จคือการที่ใจลงรวมเป็นสมาธิ นิ่งสนิทต่อเนื่องกันไม่ใช่เช่นนั้น

การฝึกใจ คือ การสร้างสติให้รู้อยู่กับตัว คิดดีก็รู้ว่าคิดดี คิดชั่วก็รู้ว่าคิดชั่ว แล้วมองความคิดเหล่านั้น เหมือนกับว่าเป็นคนละส่วนคนละอันกับใจของเรา อารมณ์ใดเกิดขึ้นให้รู้ว่า เราเสวยอารมณ์อย่างนั้น ๆ เหมือนกับร่างกายกินอาหาร อย่าเผลอเพลิดเพลินจุบจิบตามความอร่อย เดี๋ยวหยิบอันนั้นเข้าปาก หยิบอันนี้เข้าปาก ใจเราทำนองเดียวกัน ถ้าไม่ฝึกสติจะเพลิดเพลินอร่อยไปกับอารมณ์ทั้งหลายทั้งปวง คิดฟุ้งซ่านต่อเนื่องไปไม่รู้จบ

ใจที่ฝึกดีแล้วจะไม่กลิ้งคลุกไปกับอารมณ์เช่นนั้น ถ้าไม่มีสติความคิดอะไรเกิดขึ้น ก็ยึดติดหน่วงไว้ในใจ ทำนองเดียวกับนายช่างเขียนแบบแปลนทำพิมพ์เขียวไว้ก่อนแล้วจึงลงมือก่อสร้างตามแบบพิมพ์

ท่านพระอาจารย์มหาบัวเล่าไว้ในหนังสือประวัติท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทัตตเถระว่า เมื่อท่านพระอาจารย์มั่นพักอยู่วัดบ้านหนองผือมีอุบาสิกาท่านหนึ่ง มาเล่าเรื่องภาวนาของตัวเองถวายท่านว่า ขณะนั่งภาวนา จิตรวมสงบแล้ว เห็นกระแสจิตละเอียดอย่างยิ่ง เป็นสายยาวเหยียดพุ่งไปสู่ภายนอกก็สงสัย จึงกำหนดตามไป ตามไป จนพบว่าสายนั้นไปจับจองที่เกิดอยู่ในท้องหลานสาว ทั้งที่ตัวแกยังไม่ตาย ระยะเดียวกันหลานคนนั้นก็เริ่มตั้งครรภ์ได้หนึ่งเดือนแล้ว อุบาสิการักหลานคนนี้มาก ห่วงใย และติดต่อเกี่ยวข้องอยู่เสมอ

แกถามท่านอาจารย์มั่นว่า ตนจะไปเกิดในท้องของหลานสาวหรือ

ท่านอาจารย์พิจารณาอยู่ครู่หนึ่ง แล้วอธิบายว่า เมื่อจิตรวมคราวต่อไปให้แกตรวจดูกระแสจิตให้ดี ถ้ายังเห็นส่งออกไปภายนอกให้กำหนดจิตตัดด้วยปัญญาให้ขาดอย่าทำเพียงสักแต่ว่าทำนะ ถ้ากำหนดตัดไม่ขาด เวลาตายต้องไปเกิดในท้องหลานสาวแน่ ๆ

แกกลับมาก็มากำหนดตามที่ท่านอาจารย์แนะนำ พอจิตรวมลงสนิท เห็นกระแสจิตเด่นชัดอย่างเคย ก็กำหนดตัดด้วยปัญญาจนขาดกระเด็นไป คืนรุ่งขึ้นก็กำหนดดูอีกอย่างละเอียด เพื่อความแน่ใจว่าไม่ปรากฏมีอีก วันถัดไปจึงออกมาเล่าถวายท่านอาจารย์มั่น ฝ่ายหลานสาวพออุบาสิกาตัดกระแสจิตขาดก็แท้งในระยะเดียวกัน

เมื่ออุบาสิกากลับไปแล้ว บรรดาพระทั้งหลายก็เอาเรื่องนี้มาวิพากษ์วิจารณ์และกราบเรียนถามท่านอาจารย์ ท่านก็อธิบายว่า จิตนี้พิสดารเกินกว่าความรู้ ความสามารถของคนธรรมดาจะตามรู้ ตามรักษาได้โดยมิให้เป็นภัยแก่ตัวผู้เป็นเจ้าของ ขนาดเจ้าตัวบอกเบื่อ ไม่อยากเกิดอีกแล้ว เพียงใจส่งไปคิดห่วงใยหลานเท่านั้น ตัวยังไม่ทันตายเลยกระแสจิตขโมยไปจับจองท้องหลานเป็นที่เกิดเอาไว้เรียบร้อยแล้วโดยที่เจ้าตัวไม่รู้เรื่องด้วย ถ้าไม่มีหลักใจทางภาวนาจะไม่มีทางรู้วิถีทางเดินของใจได้เลย ยิ่งเวลาเจ็บไข้สติปัญญายิ่งสำคัญมาก ในการตามรู้รักษาจิต ตลอดจนต้านทานทุกขเวทนาไม่ให้มาทับจิตในเวลาจวนตัว

โปรดลองคิดดู วันทั้งวันใจของเราไม่มีสติกำกับจะไปดาวน์บ้านจัดสรร กล่าวคือ ไปจับของท้องใครต่อท้องใครเป็นที่เกิดเอาไว้ที่ไหนแล้วบ้าง ไปดาวน์เอาไว้ในท้องคนก็ยังดี เกิดไปดาวน์ไว้ในท้องสัตว์เดรฉานเข้าคงลำบากหน่อย หรือจับพลัดจับพลูเกิดอุบัติเหตุหล่นลงไปอยู่ในนรกก็ยังได้

เพราะเหตุนี้แหละ ท่านจึงพร่ำสอนให้หมั่นฝึกใจของตนอยู่ทุกลมหายใจเข้าและออก เพื่อปิดกั้น ตัดโอกาสไม่พึงประสงค์เหล่านั้น การที่อุบาสิกากำหนดปัญญาตัดกระแสจิตของท่านขาด และหลานแท้งนั้นเป็นเพียงตัวอย่างให้เห็นหนึ่งชาติ หนึ่งภพเท่านั้น ซึ่งความจริงใจของเราไม่ได้ซัดส่ายไปสร้างพิมพ์เขียวไว้แต่เพียงชาติเดียว เมื่อไรที่คิดวุ่นวี่วุ่นวายอยู่ทุกเวลานาที ด้วยความรัก ผูกพันก็ก่อภวภพด้วยความผลักไส ไม่พอใจ ก็ก่อวิภวภพ กล่าวคือ ไปจับจองด้วยใจต่อต้าน เกลียดชัง แปะติดอยู่ตรงนั้นตระเตรียมเอาไว้แล้ว

ที่ร้ายที่สุด คือความปรุงคิดขณะที่ลมหายใจกำลังดับสิ้นไป อารมณ์อันนั้นแหละ คือวัวปากคอกที่เกี่ยวพันใจของเราให้กลิ้งตามไปเกิดถ้าไม่ฝึกอบรมใจเอาไว้เราจะไปรู้หรือว่า ความเคยชินไหน อารมณ์ไหนที่มีสะสมเป็นประจุกรรมอยู่ในจิตไร้สำนึกที่สติหยั่งลงไปไม่ถึงจะปลิวขึ้นมาแจ้กพอทเราเข้า ถ้าอารมณ์ความปรุงคิดของเราเป็นเหมือนอย่างกับหนังที่ฉาย ใจที่ขาดสติ ไม่มีสมาธิ จะสงบนิ่งไม่เป็น ต้องฟุ้งปรุงซัดส่ายเป็นนิวรณ์อยู่ตลอดเวลา เปรียบเหมือนมีหนังกลางแปลงฉายห้าเรื่อง สิบเรื่อง ให้เราดูพร้อม ๆ กัน เราไม่รู้ด้วยซ้ำไปว่าใจกำลังคิดเกี่ยวพันกับอะไรอยู่ ไปดาวน์บ้านจัดสรรไว้ตรงไหน

พอลมหายใจดับ ก็เหมือนหนังที่ใจกำลังจดจ่ออยู่ฟิล์มขาด รูปนั้นก็เลยฉายค้างอยู่ อารมณ์ที่เกี่ยวพันใจเราอยู่ขณะหัวเลี้ยวหัวต่อ ก็คือคติภพที่เราไปอุบัตินั่นเอง

ตัวเองเคยประสบมาแล้วก่อนหน้านั้น หลงว่า ถ้าเวลาจะตายขออย่าได้มีทุกขเวทนาเลย เราจะได้ตั้งสติตามรู้จิตของตนได้ ก็เหมือนอย่างกับโชคให้โอกาสได้ทำแบบฝึกหัด ซ้อมฝึกดูใจ กล่าวคือ อยู่ดี ๆ ก็ปัสสาวะเป็นเลือด โดยไม่มี

อาการเจ็บปวด หรือผิดปกติอื่นใด ถ้าไม่ก้มไปดูปัสสาวะของตัวเองก็จะไม่รู้ว่าเลือดออกปนมาอย่างกับท่อประปาแตก มันออกจนกระทั่งพอลุกจากที่นอนไปห้องน้ำปัสสาวะเสร็จก็หน้ามืด ทรุดลงกองอยู่หน้าชักโครกนั่นเอง

ครั้นมีแรงกลับมาที่นอนได้ก็กำหนดจิตไว้กับพุท–โธ ปรากฏว่าเห็นจิตตัวเองแยก มีส่วนที่เป็นเหมือนผิวน้ำที่สติกำกับอยู่กับพุท–โธ พุท–โธ บางแสนบาง เดี๋ยวก็พริ้วหายไป เดี๋ยวก็ปรากฏอยู่ ส่วนจิตที่เหลือทั้งหมดไร้สำนึกสติแตะลงไปไม่ถึง เดี๋ยวเรื่องนั้นพัดขึ้นมา เรื่องนี้แล้วก็เรื่องโน้น อย่างกับมีหนังกลางแปลงสักสิบโรงฉายให้ดูพร้อม ๆ กันจะหยุดอันไหนก็หยุดไม่ได้

ใจสั่งให้หยุด พยายามเพ่ง พุท–โธ เสียบลงไปให้เป็น พุท–โธ ทั่วพร้อมหมดทั้งใจ ตอนแรกก็ทำท่าว่าหนังทั้งหมดจอล้ม ใจจดจ่อเป็น พุท–โธ ยังไม่ทันถึงอึดใจ ประเดี๋ยวเดียว พุท–โธ ก็ถูกเบียดพริ้วขึ้นมาอยู่ที่ตรงผิว เห็นวับ ๆ แวม ๆ ตามเดิม น้ำข้างใต้คือจิตทั้งดวงก็ชุลมุนชุลเกกันใหญ่ หยุดไม่ได้ เหมือนกับเราตั้งใจประทับปืน เล็ง ทัศนวิสัยภายนอกสงบ ปลอดโปร่ง ไม่มีลมพายุ สิ่งรบกวนใด ๆ แต่มือของเราเองมันสั่นตลอดเวลา ทำอย่างไร อย่างไร ก็บังคับเข้าศูนย์ไม่ได้ก็เลยได้คิดว่าที่อวดโม้เอาไว้ ถ้าไม่มีทุกขเวทนาเราจะเลี้ยงตัวรอดนั้นถ้าไม่ได้ประกอบเหตุที่สมควร คือไม่ได้ฝึกเอาไว้ให้เพียงพอกำลังของมรรคย่อหย่อน อย่าคิดว่าจะติดสินบนไปทางลัดคือ ไม่มีทุกขเวทนาแล้วจะเลี้ยงตัวรอด

หลังจากหายแล้วมีโอกาสได้กราบท่านอาจารย์ ท่านก็หัวเราะ หึ หึ ซักไซร้ว่า เป็นยังไงล่ะ ไม่มีทุกขเวทนาแล้วเอาตัวรอดไหมล่ะ ก็กราบเรียนท่านว่าไม่รอเจ้าค่ะ เพราะเหตุนี้แหละ *มันจึงต้องฝึก ฝึกกันอย่างจริงจัง พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า บุคคลจะล่วงทุกข์ได้เพราะความเพียร* ท่านไม่เคยตรัสว่า บุคคลจะล่วงทุกข์ได้ เพราะขี้เกียจขี้คร้าน เราเคยหลงว่า ตัวเองมีปัญญาสามารถหาทางลัดได้ คราวนี้ซึ้งเลยตั้งหน้าพากเพียรไปโดยสุจริต เลิกคิดหาลู่ทางคอรัปชั่น

ท่านอาจารย์บอกว่า บนถนนสาย “มรรค” ค่าของเงินไม่ยุบไม่พอง เงินสกุลอริยทรัพย์ที่ขวนขวายหามาได้เท่าไร ก็มีค่าเท่านั้น อย่านึกโกงว่า ถ้ามีปัญญา มีโน่นมีนี่แล้ว ไม่ลงมือประกอบเหตุ คิดสร้างวิมานในอากาศ จะทำให้มันพองออกได้ ไม่มี ดีไม่ดี กิเลสสอดไส้เข้ามาทำให้หลงว่า มีอริยทรัพย์แล้ว แต่ปรากฏว่าขนเงินเก๊ไปทั้งนั้น ไปถึงไหน เขาก็ไม่ยอมรับเงินของเรา

เมื่อเห็นอย่างนี้ รู้อย่างนี้แล้ว จะได้เริ่มฝึกใจของตนเพราะรู้ไม่ได้ว่าเดินออกไปจากห้องประชุมนี้ เราอาจถูกรถชนตาย หรือเกิดอะไร ๆ ขึ้นก็ได้

อย่างผู้อำนวยการโรงพยาบาลร้อยเอ็ด นายแพทย์พีร์ คำทอน ที่ถูกยิงตายเมื่อสองสามวันนี้ เป็นเพื่อนนักเรียนแพทย์จบรุ่นเดียวกันก่อนถูกยิงตาย ท่านมาเข้าร่วมสัมมนาเรื่อง นิ่วในทางเดินปัสสาวะ ที่คณะแพทย์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น คุณหมอสง่า นิลวรางกูร เพื่อนร่วมรุ่นอีกท่านหนึ่งเป็นผู้จัด ระหว่างสัมมนาท่านยังพูดคุยกับคุณหมอรุ่นพี่ที่นำผลงานวิจัยไปเสนอ เล่าถึงผู้ป่วยที่โรงพยาบาลของท่านหลายรายมีอาการทำนองนี้ กลับไปจะไปรวบรวมศึกษา วิจัย ท่านให้ข้อคิด แลกเปลี่ยนความเห็นด้วยความสนใจ เต็มไปด้วยความหวังความเบิกบาน

ได้พูดคุย ปรับทุกข์ประสาเพื่อนกับคุณหมอสง่าระหว่างพักการประชุม

เมื่อเลิกสัมมนา ท่านขับรถเดินทางกลับจังหวัดร้อยเอ็ด ไม่มีใครคิดเลยว่าไปแล้วอะไรจะเกิดขึ้น ท่านถูกยิงตายขณะเดินทางกลับบ้าน ไม่มีอะไรแน่เลย ถ้าเราไม่เตรียมหลักใจไว้ให้พร้อม ไม่หาเสบียงของอริยทรัพย์ไว้ แล้วจัดลำดับให้ดีว่า ถึงยามคับขันจะหยิบอะไรขึ้นมาใช้ได้ทันท่วงที ก็ยากจะรักษาตัวรอด

หลายท่านรอบรู้ทั้งนั้น เวลาพูด เวทนา...อ้อ...คนละส่วนคนละอันกันกับใจ ให้กำหนดสติ “รู้” ไว้ แต่พอเวทนาเกิดขึ้นจริง เราไปเยี่ยมท่าน ปรากฏว่าหงุดหงิดไม่ได้อย่างใจไปเสียทุกอย่าง เราแย้บว่าทำไมไม่กำหนดสติล่ะคะ ตาเขียว เอ็ดตะโรว่า โอ้ย...ใครจะทำไหว ก็มันปวดขึ้นมาถึงหัวใจ คุณไม่เจ็บ คุณจะพูดยังไงก็พูดได้ ลองมาเจ็บดูบ้างสิ

ท่านอาจารย์ถึงเตือนว่า ความรู้ท่วมหัว เอาตัวไม่รอดมันเป็นอย่างนี้ ทั้งที่รู้ แต่รู้ด้วยสัญญา ไม่เคยนำมาลองฝึกปฏิบัติกับตัวเอง ให้รู้เห็นเป็นปัญญาแจ่มชัดขึ้นในใจ เวลาสอนคนอื่นน่ะ สอนได้ สอนเท่าไร เท่าไรก็สอนได้ แต่พอเอามาสอนตัวเองมันไม่ฟัง และไม่ยอมฟัง ไม่ยอมทำตามทั้งนั้น เพราะมันเคยแต่ทำตามกิเลสที่ผูกขาดลากจูงจิตใจเอาไว้ตลอดกาล ท่านจึงย้ำว่า ถ้าอะไรก็ตามเราไม่ทำให้รู้เห็นเป็นขึ้นในใจของเราแล้ว อย่าหวัง อย่าหวังว่าจะคุ้มครองตัวรอดได้ ต้องทำให้รู้เห็นประจักษ์ขึ้นในใจตนเสียก่อน

การที่เราจะไปช่วยคนไข้ ตัวเองต้องทำให้ตัวเชื่อทุกอย่างที่พูดกับคนไข้ ไม่อย่างนั้นพูดไปแล้วคนไข้อาจประท้วงว่า แล้วตัวหมอเองเคยเจ็บเท่านี้หรือเปล่า ลองมาเจ็บดูบ้างเป็นไร มีอาจารย์ท่านหนึ่งเป็นมะเร็งลุกลามไปที่กระดูก ตอนที่ปวดกระดูกมาก ๆ อาจารย์เปรียบเทียบให้ฟังว่า ไม่ว่าจะนั่ง ยืน เดิน หรือนอน มันเหมือนกับมีปลายเข็มแหลม ๆ ทิ่มแทงอยู่ตลอดเวลา ทุกรูขุมขน อาจารย์ถามดิฉันว่า ลองนึกดูเถิด จะเอาสติไปกำหนดกับอะไรที่ตรงไหนดี ต่อมา... ต่อมา...ยาสมุนไพรช่วยให้ความเจ็บปวดทุเลา อาจารย์เล่าว่า พอหลับได้บ้าง เพราะเจ้าเข็มแหลม ๆ เปลี่ยนสภาพเป็นแค่กรวดก้อนเล็กก้อนน้อย

โปรดนึกสภาพดูว่า ถ้าเราไปนอนบนก้อนกรวด เราจะนอนได้ไหม นอกจากนอนไม่ได้แล้วยังโกรธ หงุดหงิด กระสับกระส่าย ตั้งสติไม่ได้อีกด้วย แต่อาจารย์ผ่านข้อสอบที่รุนแรงร้ายกาจกว่านี้มาแล้ว เลยรู้สึกทนได้ พอตั้งสติได้เป็นครั้งคราว จิตใจเบาขึ้น แต่ไม่ใช่ว่ามีความสุข ยังรู้ว่าอยู่บนเม็ดกรวด ซึ่งบางทีก็คั่วไฟร้อน ๆ อีกด้วย นี่แหละอานุภาพของทุกขเวทนา ความเจ็บปวด

ถ้าไม่ทำภาวนา ใจยอมเชื่อว่า เวทนาก็สักแต่ว่าเวทนา เมื่อเรายังนั่งสบายอยู่อย่างนี้ ถ้าเกิดเป็นเหน็บขึ้นมาแล้วสั่งไม่ให้ขยับ ให้เอาสติกำหนด จนเห็นเวทนาแยกตัวอยู่เป็นสักแต่ว่าเวทนารับรอง ทำไม่สำเร็จ เพราะเหน็บไม่ได้รู้สึกอยู่แต่ที่ขา มันไปจับอยู่ที่หัวใจจนทนไม่ไหว หาจังหวะที่จะเอาสติไปกำหนดแยกให้เห็นว่า เวทนาก็เป็นเวทนา ใจก็เป็นใจ ไม่ได้สติแทรกไม่เข้า เพราะความ

ยึดว่า ใจเจ็บด้วย เป็นตัวดึงความเจ็บปวดมาคลุกกับใจ จนกลมกลืนเป็นเนื้อเดียวกันไปหมด

แต่หลักมีอยู่อันหนึ่ง อาจารย์ลำดับให้ฟัง ขณะที่อาจารย์พอสบาย ถ้าใครคอยเตือนเอาไว้ อาจารย์คะ อย่าลืมค่ะ เอาสติกำหนดไว้กับใจ อาจารย์ก็กำหนดได้ ครั้นเผลอคือเวลาพลิกตัวเปลี่ยนท่า ขณะที่พลิกระดับที่วางแขนหรือขาเหลื่อมไป เพียงแค่หนึ่งชั้นบาง ๆ ของผ้า มันก็มีความหมายเหลือแสน ภรรยาที่มาเฝ้าพยาบาลอยู่ทุกวันทุกคืนก็แย่จากความเหน็ดเหนื่อย ห่วงกังวล อาจารย์ก็แย่ จากพยาธิสภาพและกำลังใจที่ร่อยหรอไปทุกวัน ต่างฝ่ายต่างก็พร้อมที่จะประสาท

พอจะพลิกตัวครั้งไร ใจก็เริ่มเครียด มัวจดจ่อกังวลว่า ผ้ารองตรงข้อศอกไม่พอดี ตรงใต้เข่าหนาเกินไป ฯลฯ ทั้งที่เรามองดูก็ไม่รู้สึกว่าหนาบางต่างไป แต่ใจของอาจารย์ตอนนั้นไว ละเอียด แยกได้เป็นไมครอน

ขณะที่มัววุ่นวายกับผ้า เผลอส่งใจออกไปข้างนอก สติก็พลัดหลุดไปจากใจ ใจกับเวทนามาเกาะเกี่ยวกันแน่น ถึงได้ผ้าห่มผืนที่ถูกใจมารองแล้วก็ยังปวดอยู่นั่นแหละ กว่าจะแยกใจออกจากเวทนาได้บางครั้งหมดไปครึ่งค่อนวันหรือวันทั้งวันเลย สะบักสะบอมอยู่อย่างนั้น จนผลอยหลับไปก็มี ลืมตาขึ้นมาใหม่จึงค่อยมีสติ แยกใจออกมาได้

มันเป็นอย่างนี้ ขณะเผลอนั้นสั้นเพียงกะพริบตาครั้งเดียว ครั้นมันชนะเราแล้ว กว่าจะตีตื้นกลับมาได้สะบักสะบอม ถ้าเป็นอย่างนี้ครั้งสองครั้งสติจะไหวตัวคอยรักษาตัวเองได้ทันท่วงที เพราะความเจ็บปวดนั้นไม่สุนทรีเลย

ผู้มีสติปัญญา มีเหตุผล จะระมัดระวังปรับปรุงใจของตนให้สงบเบาขึ้น แต่ถ้าเป็นพาลจะโทษซ้ายป่ายขวา ภรรยาก็ไม่ดี ลูกก็ไม่ดี พยาบาลก็ไม่ดี หมอก็ไม่ดี ทุกอย่างไม่ดีหมด อกุศลวิบากยอดพุ่งฉิว แต่แรกมีหนี้อยู่พันบาทพอเสร็จงบบัญชีหนี้เพิ่มเป็นร้อยล้าน

ขณะจะเปลี่ยนภพเปลี่ยนภูมิ ถ้าไม่มีสติรักษาใจ กิเลสจะมาชักจูงให้เราตกหนัก เอาตัวไม่รอดเพราะอย่างนี้

กิเลสไม่ต้องการปลดปล่อยสัตว์โลกให้พ้นไปจากสังสารวัฏฏ์ แต่ต้องการห่วงแหนไว้เป็นข้าทาสบริวารให้อุ่นหนาฝาคั่ง จึงเย้ายวน ชักจูงให้เผลอสติ รู้สึกว่าสภาวะรอบข้างเป็นสิ่งไม่สบอารมณ์ เมื่อไม่สบอารมณ์เกิดความคับข้องอะไร ๆ ที่กระทำก็เป็นอกุศลไปหมด เมื่อไม่มีสติแล้วใจก็หมดความไตร่ตรองยับยั้งชั่งตวงในการจะประกอบกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ผลจึงกลายเป็นความเดือดร้อนแก่ตน

หากไม่หงุดหงิดคับข้องก็อาจเสียดาย อาลัยอาวรณ์ชีวิต ไม่อยากตายไม่ต้องการตาย ใจก็ทุกข์โทมนัสเดือดร้อนเช่นกัน

การมาฝึกภาวนาไม่ได้หมายความว่าจะหนีพ้นกรรมไม่ดี แต่เพียงแค่ว่า เราพยายามช่วยตัวเอง เป็นต้นว่า ถ้ามีหนี้อยู่หมื่นบาท *การภาวนารักษาใจให้ไปเกิดในถิ่นที่สมควร* ได้รู้จักพุทธศาสนา มีผู้ฝึกอบรมบ่มอุปนิสัยของเราให้มีคุณธรรม ความดี มีอริยทรัพย์เลี้ยงตัวก็เหมือนกับเรารู้ว่า ตัวเองมีหนี้อยู่เขาจะมาทวงเป็นงวด ๆ เราเตรียมพร้อมเอาไว้ พอเขามาทวงเราก็มีใช้ให้เขาได้หนี้ก็ลดไปโดยลำดับ ผลที่สุด หมื่นบาทก็หมดเกลี้ยงได้ ภพชาติที่ไปเกิดแต่ละครั้งก็เป็นมรรคให้เราขวนขวายช่วยตัวเองปลดหนี้เก่า ขณะเดียวกันก็ยุติการสร้างหนี้ใหม่ ผลที่สุดก็เป็นไทแก่ตัว

แต่ถ้าไม่ฝึกสติ อบรมปัญญา ไม่รู้จักภาวนา ใจปลิวตามอารมณ์ไปอุบัติในถิ่นที่ไม่มีใครสอนให้รู้จักฝึกอบรมจิตใจหรือมีผู้ฝึกสอน ใจของเราก็มืดบอดปิดหู ปิดใจ ไม่รับฟัง ปล่อยชีวิตให้สูญไปโดยเปล่าประโยชน์ ไม่อาจชำระหนี้ให้หมดสิ้นได้

ถ้าไม่เข้าใจอย่างนี้ เราอาจปล่อยใจหลงไปอุบัติในภพภูมิสัตว์เดรัจฉานไม่สามารถดูแลจิตใจได้ เพราะต้องกังวลแสวงหาอาหารมาเลี้ยงชีวิตวันต่อวันหาที่พักพิงกายให้ปลอดภัย ไม่เปียก ไม่ร้อน ไม่หนาวจนเกินทน เวลาหมดไปด้วยเรื่องของร่างกาย

ท่านผู้รู้กล่าวว่า ขันธ์ทั้งห้าเป็นรวงรังแห่งทุกข์เป็นภาระหนักระหว่างดูแลขันธ์ อาจก่อบาปก่อกรรมขึ้นใหม่ พอเจ้าหนี้มาทวง...เมื่อวานนี้ เกิดเจ็บกะทันหัน เสียค่ารักษาพยาบาลไปหมดแล้ว เลยต้องผัดหนี้ต่อไปอีก นานวันเข้าทั้งดอกทั้งต้น ทั้งหนี้ใหม่รวมเข้าแล้ว หมื่นบาทอาจกลายเป็นร้อยล้านก็ได้

การฝึกอบรมใจให้มีสติ มีปัญญา ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อ ก็เพื่อคุ้มครองใจไปอุบัติในที่เหมาะสม จะได้เอาเหตุการณ์ในชีวิตมาเป็นหินลับสติปัญญา ให้ใจรู้เห็นตามเป็นจริง เป็นสัมมาทิฐิ หยั่งรกรากลงไปจนกระทั่งสติไม่เพียงแค่ลอยอยู่แต่ผิว ๆ เป็นจิตสำนึกน้อยนิดเดียว คุ้มครองตัวยังไม่ได้ หากค่อยหยั่งลงไป หยั่งลงไป จนอาณาบริเวณของจิตสำนึกลึกลงไป ลึกลงไป โดยลำดับ อย่างพระพุทธองค์ สติของท่านที่ได้ฝึกเต็มรอบแล้ว ไม่ว่าท่านจะอยู่ในอิริยาบถใด แต่ละขณะ แต่ละขณะ สติก็อยู่กับใจต่อเนื่องกัน ไม่ขาดวรรคขาดตอน

สติที่พัฒนาอย่างนั้นแล้ว เป็นสติที่หยั่งทะลุจิตไร้สำนึกทั้งหมด ทำให้จิตทั้งดวงกลายเป็นจิตรู้สึกนึก เพราะมีสติเครื่องระลึกรู้ตามเป็นจริงรักษาอยู่ จึงเป็น “พุทธะ” รู้ตื่น เบิกบาน คุ้มตัวรอดตลอดไป

จิตพวกเรามีเปลือกเป็นพุทธะ แต่ไส้เป็นกิเลสสารพัดชนิด ประเดี๋ยว ๆ เปลือกปริแตก ทำให้ไส้เยิ้มเหนียวหนืบออกมาเคลือบเปลือกมิดหมด เราก็กลายเป็นกิเลสไปทั้งแท่ง บริหารกันด้วยกิเลส จึงเอาตัวไม่รอด

เวลาที่เปลือกปริ คือขณะวิกฤต เหนื่อยมาก ๆ เจ็บปวด หรือไม่ได้ดังใจ เวลาสบาย ๆ นั้น พุทธะผ่องใสเบิกบาน ทำให้หลงตัวไปว่าเราไม่มีกิเลสเหลืออยู่อีกแล้ว โกรธก็ไม่เป็น เห็นใครก็สงสาร รัก ชอบไปหมด เมตตาไปทั่วหน้า แต่พอไม่ได้อย่างใจปุ๊บ ไม่ทราบเปลือกหลุดไปข้างไหน ไอ้ความขี้โกรธ ขี้เกลียด เยิ้มหนืบออกมา เป็นยางเหนียว พออะไรมาแตะเข้าก็คลุกติดเข้าไป ไม่ได้บันยะ-บันยัง มันเป็นอย่างนั้น

พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ไม่ประมาท อย่าปล่อยกาลเวลาให้กลืนกินชีวิตไปโดยเปล่าประโยชน์ ดังนั้นเราควรขวนขวายช่วยตัวเอง ฝึกสติปัญญาให้เต็ม

รอบ นึกไว้ว่าเราคือผู้ป่วยสิ้นหวัง เพราะยังไงยังไงตัวเราก็ไม่พ้นความตาย ไปได้ มันเตือนเราว่า เหลือเวลาอีกยี่สิบปี อีกสิบปี การคิดเช่นนั้นยังเป็นความประสาท ให้คิดเสียว่าผู้ป่วยสิ้นหวังตายเมื่อไรย่อมได้จะได้ไม่ประสาท และเตือนตัวเอง สอนตัวเอง ให้ฝึกสติเอาไว้ หมั่นฝึกเรื่อยไปจนกระทั่งสตินี้เป็นอัตโนมัติคอยรักษาใจ

เมื่อใจคิดไปตามความจดจำ หรือนึกปรุงไปตามอารมณ์ สติจะเป็นห้ามล้อให้หยุดคิด รักษาใจให้สงบ มีสมาธิเป็นพื้นฐาน ไม่ไปคิดอกุศลกับใคร ไม่เพ้อเจ้อเปล่าประโยชน์ พออารมณ์พัดขึ้นมา สติก็เตือนไม่มีประโยชน์ เพราะความดันเดาคาดคิด คือ เงาทั้งนั้น คิดแล้วทำให้เราเห็นผิดไปก่อกรรมทำเข็ญกับผู้อื่นโดยเปล่าประโยชน์ สู้ให้เหตุการณ์จริง ๆ เกิดขึ้น ได้เห็นด้วยตาของเรา ได้ยินด้วยสองหูของเรา ถึงตอนนั้นค่อยตอบสนองออกไป เป็นปัจจุบันกรรมที่มีสาระมีสติปัญญากำกับ สิ่งที่ทำไปจึงเป็นมรรค เมื่อเป็นมรรคแล้วชีวิตของเราก็ปลอดภัย

ทุก ๆ ขณะของชีวิตเหมือนเรายืนอยู่ตรงทางแพร่ง เลี้ยวขวาไปด้วยสติ-ปัญญา สัมมาทิฐิก็เปิดประตูมรรค เลี้ยวซ้ายไปด้วยอารมณ์ ก็กลายเป็นสมุทัยเปิดโรงงานผลิตทุกข์ ทำให้ชีวิตขาดทุนสูญกำไร

ทุก ๆ ขณะให้นึกว่า เราจะเลี้ยวขวาหรือเลี้ยวซ้าย เราเท่านั้นมีสิทธิ์เด็ดขาดที่จะเป็นผู้ตัดสินใจ ไม่มีอะไรจะมาบังคับใจของเราได้ ถ้าแน่วแน่เด็ดเดี่ยวว่าจะยึดเหตุผลเป็นหลัก เราก็สามารถช่วยตัวเองให้เดินรุดหน้าไปบนมรรค ด้วยความรอดปลอดภัย

แต่ถ้าไม่ทำจริงจัง เผลอสติเมื่อไร เราก็กลิ้งเข้ารกเข้าพง ถูกบ่วงทุกข์รัดมัดตัวมัดใจ จนขาดทุนสูญกำไรเรื่อยไป เกิดความท้อถอย เบื่อ ลังเลสงสัยว่า การปฏิบัติมีผลแน่หรือ คิดเพ่งโทษธรรมะว่าเป็นหมันแทน การย้อนมาตรวจ-สอบวิธีการของตนว่าถูกต้อง รัดกุมแน่หรือ

ตำรายาแก้โรคเบาหวาน ความดันสูง โรคไต หัวใจ

1. มะแว้งเครือทั้ง 5
2. หญ้าใต้ใบทั้ง 5
3. หญ้าคาทั้งต้น
4. หญ้าแพรกทั้งต้น
5. บานไม่รู้โรยดอกขาวทั้ง 5

ทั้งหมดใช้ 1 ส่วนเสมอภาค หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ แล้วตากแดดให้แห้ง เสร็จแล้วคั่วให้เหลืองผสมกันทั้งหมด ชงดื่มต่างน้ำแบบน้ำชา

ตำรายาล้างไต

ใช้ต้นสด เชียแต่เช้า (ผักกาดน้ำ) 1 กำมือ ใส่น้ำตาลกรวดพอควร ต้มกินต่างน้ำ

ตำรายาลดไขมันในเส้นเลือด

มะละกอสุก 1 ซีกตีให้ละเอียด ต้มน้ำให้เดือดและเทมะละกอใส่ลงไป ใส่น้ำตาล-ทรายแดงเล็กน้อย กินวันละครั้ง เป็นมากกิน 3 เวลา (ต้องดื่มตอนเช้าก่อนแปรงฟัน)

ตำรายาแก้นิ่วในไต

หญ้าเกล็ดหอย 1 กำมือ
หญ้าหัวแห้วหมู 1 กำมือ
2 อย่างตำเข้าด้วยกัน

เอาเหล้าขาว 28 ดีกรี ครึ่งถ้วยเทใส่ เอาไปนึ่งจนเห็นไอขึ้น เอาผ้าสะอาดกรองเอาน้ำกิน กากที่เหลือปิดติดไว้ตรงไตข้างหลัง เป็นข้างไหนก็ติดไว้ข้างนั้น แบ่งกิน 3 เวลา เช้า กลางวัน เย็น

ตำรายาเบาหวาน

หมากดิบน้ำค้าง 1 กำมือ
ข้าวเย็นเหนือข้าวเย็นใต้หนักอย่างละ 1 บาท
ข้าวเปลือก (ข้าวจ้าว) 3 หยิบมือ
ข้าวเปลือกนั้นผู้ป่วยต้องกลั้นหายใจหยิบเอง 3 ครั้ง (3 หยิบมือ)
ต้มกินต่างน้ำ (ตอนต้มเทน้ำให้ท่วมยา)
(คนปรกติห้ามดื่ม)

รวบรวมโดย ท่านอาจารย์ พ.ต.อ. บุญเพ็ญ แขวัฒนะ



พิมพ์ที่ หจก. โรงพิมพ์อักษรไทย โทร. 4244557